

elte | ppk

**Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

**Egészségfejlesztési és
Sporttudományi Intézet**

**V. SPORT – TUDOMÁNY – EGÉSZSÉG
SOKSZÍNŰ SPORTTUDOMÁNY – SOKSZÍNŰ ELTE**

KONFERENCIA

ABSZTRAKT KÖTET

ELTE PPK ESI

2022

BUDAPEST



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Egészségfejlesztési és
Sporttudományi Intézet

A KONFERENCIA RENDEZŐJE:

**EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM PEDAGÓGIAI ÉS PSZICHOLÓGIAI KAR
EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI INTÉZET**

KONFERENCIA TÁMOGATÓI:

**EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM PEDAGÓGIAI ÉS PSZICHOLÓGIAI KAR
KÖZÉP-KELET-EURÓPAI REKREÁCIÓS TÁRSASÁG (KERT)**

A KONFERENCIA IDŐPONTJA:

2022. november 16.

AZ ABSZTRAKT KÖTET SZERKESZTŐI:

*Gósi Zsuzsanna
Mikó Alexandra
Magyar Márton*

AZ ABSZTRAKT KÖTET LEKTORAI:

*Gósi Zsuzsanna
Magyar Márton*

Kiadó:

©Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar
Minden jog fenntartva.
1075 Budapest, Kazinczy u. 23-27.

Honlap: <https://esi.ppk.elte.hu/>

ISBN: 978-963-489-542-8

TARTALOMJEGYZÉK

A konferencia programja	5
Bevezető gondolatok Bárdos György	8
Jóga alapú életmódváltó program hatása a táplálkozásra Boros Szilvia, Koncz Ádám, Csala Barbara, Körmendi János, Gál Vera, Suhaj Csilla, Selmecsi Csongor, Köteles Ferenc	9
Ciklikus sportmozgások biomechanikai hatékonysága és a Flow state kapcsolata Karsai István	11
Paradigmaváltás szükségessége a magyar sportban; Integratív szemlélet a sportpszichológia talaján - a virtus és a rítus egyensúlya Goschi Gabriella, Pálvölgyi Ágnes	13
A sportszervezetek médiakommunikációjának átalakulása Szabados Gábor	15
A tanulók kreativitásának változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként Némethné Tóth Orsolya, Koltai Miklós, Pachner Orsolya, H. Ekler Judit	16
A tanulók megküzdési stratégiáinak változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként Koltai Miklós, Némethné Tóth Orsolya, Pachner Orsolya, H. Ekler Judit	18
Sportjátékok oktatása konstruktív szemlélet tükrében Kovács Katalin	20
Cheerleading, hogyan jön létre egy új sportág? Kovácsik Rita	22
Reformok a rekreáció magyarországi felsőfokú oktatásában, school-to-work koncepcióban Magyar Márton, Patakiné Bősze Júlia	24

E-poszter szekció

BARTOS Adél Élsportolói szemszögből megvilágított perfekcionizmus	26
BÉKI Piroska, FARAGÓ Beatrix Élvonalbeli ökölvívók táplálkozási attitűdje	28
CSEH Orsolya, KERTÉSZ Ramóna, SZABO Attila A gondolat ereje a szerencsejátékban és a sportteljesítményben	29
Orsolya CSEH, Attila SZABO The Impact of Early Spiritual Experience on Adulthood Spirituality	30
FARAGÓ Beatrix, GŐSI Zsuzsanna A sport pénzügyi világa a kriptovaluták rendszerében	31
Zsuzsanna GŐSI, Zsuzsanna BUKTA, Éva ERDÉLYI, Márton MAGYAR Familiarity and Popularity of Movies about Sports and Running	32
Zsuzsanna GŐSI, Márton MAGYAR The Impact of the COVID-19 Epidemic on the Income of Sports Federations in Hungary	34
HORVÁTH Dávid Ákos A motiváció jellemzői és szerepe a serdülőkorúak testnevelésőrai fizikai aktivitásában	35
JUHÁSZ Rebeka Köznevelési intézményben pedagógus munkakörben foglalkoztatottak lelki egészségének longitudinális vizsgálata változó helyzet közepette - a Maslach Burnout Inventory (MBI) kérdőív eredményeinek változása magyar pedagógusok körében a SARS-COV-2 pandémia egyes hullámai során	37
KASSAY Lili Sportvezetői kihívások a sport alapszolgáltatásának biztosítására – A kritikus működési pontok azonosítása	38
KOROKNAI Anikó A jóga egészségmegőrzésben betöltött szerepe és életminőségre gyakorolt hatásai zenészek körében	39
KOVÁCS István Attila, GŐSI Zsuzsanna Klublicenc bevezetésének kihívásai a sportban	41
KOVÁCS István Attila, MAGYAR Márton, GŐSI Zsuzsanna Kézilabdaklubok kihívásai az energiaválságban	43

KOVÁCS Réka Erika	44
A testtömeg és testzsír-arány, valamint a szérum vas, ferritin és kreatin-kináz szint összefüggéseinek vizsgálata állóképességi és esztétikai sportolók körében	
LUKÁCS Anikó, GŐSI Zsuzsanna, RÁTGÉBER László	46
A fáradás folyamatának optimalizálása a sportakadémiai szervezeti egységek bevonásával a Rátgéber Kosárlabda Akadémián	
Márton MAGYAR, Júlia PATAKINÉ BŐSZE	48
Refashionings of Recreation/Leisure Higher Education Studies (in Hungary), due to the School-to-Work Concept	
MIKÓ Alexandra, Kovács Katalin	50
Zenésgimnasztika-kurzus a kreativitás fejlesztése érdekében	
Alexandra Cintia MÓCZIK, Zsuzsanna GŐSI, Júlia PATAKINÉ BŐSZE	52
Should I stay or should I go? The questions of quitting and future plans by women soccer and futsal goalkeepers.	
Júlia PATAKINÉ BŐSZE, Gréta CSÖRNYEI	53
Seasonal differences on commercial television in advertisements for health products	
STEPHENS-SARLÓS Erzsébet, PATAKINÉ BŐSZE Júlia	55
Szenzomotoros integrációt támogató szakirányú továbbképzés indításának megalapozottsága	
SZALAY Krisztina, KASSAY Lili	56
Sportvezetői kihívások azonosítása az edzői munkával összefüggésben	
SZEGVÁRI Gréta Edit, BOROS Szilvia, MAGYAR Márton	58
Wellness- és fürdőszolgáltatások történeti sajátosságai	
SZÉLES József, KASSAY Lili	60
Megyei jogú városok csapatsport-támogatási stratégiája	
TABI Norbert	61
Az FTC társadalmi és politikai szerepe a Rákosi- és a korai Kádár-rendszerben (1948–1963)	
TAMÁS-SZORA Lóránd	63
Edzői pedagógia versenyhelyzetben	
Az ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézetének gondozásában megjelent tanulmánykötetek	64



Az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar
Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézete (ESI)
tisztelettel meghívja Önt a

V. SPORT – TUDOMÁNY – EGÉSZSÉG

SOKSZÍNŰ SPORTTUDOMÁNY – SOKSZÍNŰ ELTE
című konferenciára

Időpont: 2022. november 16. (szerda) 14.00 – 17.00

Helyszín: 1075 Budapest Kazinczy utca 23–27. AULA

PROGRAM:

14.00 Megnyitó, köszöntő

14.05 Bevezető gondolatok

Dr. Bárdos György professor emeritus, az MTA doktora, ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

14.25 Jóga alapú életmódváltó program hatása a táplálkozásra

*Dr. habil. Boros Szilvia, ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet, intézetigazgató docens
Társszerzők: Dr. Koncz Ádám, Dr. Csala Barbara, Körmendi János, Gál Vera, Suhaj Csilla, Selmecsi Csongor, Prof. dr. Köteles Ferenc*

14.45 Ciklikus sportmozgások biomechanikai hatékonysága és a Flow state kapcsolata

Dr. habil. Karsai István Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar, Testnevelés- és Mozgásközpont

15.00 Paradigmaváltás szükségessége a magyar sportban; Integratív szemlélet a sportpszichológia talaján - a virtus és a rítus egyensúlya

Goschi Gabriella Sport és Lélek - Sport-pszichoterápiás Egyesület, klinikai szakpszichológus, sportpszichológus, Társszerző: Pálvölgyi Ágnes

15.15 A sportszervezetek médiakommunikációjának átalakulása

Szabados Gábor sportközgazdász, ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet, oktató

15.30 – 15.45 Szünet

(A szünet ideje alatt e-posztetek kerülnek kivetítésre)

15.45 A tanulók kreativitásának változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként

Némethné Dr. habil. Tóth Orsolya ELTE PPK Sporttudományi Intézet, docens

Társszerzők: Dr. Koltai Miklós, Dr. Pachner Orsolya, H. Dr. Ekler Judit

16.00 A tanulók megküzdési stratégiáinak változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként

Dr. habil. Koltai Miklós, ELTE PPK Sporttudományi Intézet, docens

Társszerzők: Némethné Dr. Tóth Orsolya, Dr. Pachner Orsolya, H. Dr. Ekler Judit

16.15 Sportjátékok oktatása konstruktív szemlélet tükrében

Dr. Kovács Katalin, ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet, docens

16.30 Egy új sportág felépülése, Cheerleading

Dr. Kovács Rita, ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet, adjunktus

16.45 Reformok a rekreáció felsőfokú oktatásban, school-to-work koncepcióban

Dr. Magyar Márton, ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet, adjunktus

Társszerző: Patakiné Dr. Bósze Júlia

Regisztráció: https://elteppk.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_5iGipvTHytTPuTQ

Regisztráció határideje: 2022. november 14. 20 óra

Szervező: ELTE PPK Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

web: esi.ppk.elte.hu

facebook: <https://www.facebook.com/elteppkesi>

- Szervezőbizottság elnöke: Dr. habil. Gósi Zsuzsanna
- Szervezőbizottság tagja: Dr. Magyar Márton
E-mail: magyar.marton@ppk.elte.hu
- Szervezőbizottság titkára: Mikó Alexandra
E-mail: miko.alexandra@ppk.elte.hu

Bevezető gondolatok

Prof. Dr. Bárdos György

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: bardos.gyorgy@ppk.elte.hu

A konferencia **több sporttudományi területet** ölel fel, amelyek nagyjából az alábbi 3 csoportra oszthatók:

1. *Sportszervezet és kapcsolatok*

Paradigmaváltás szükségessége a magyar sportban;

Integratív szemlélet a sportpszichológia talaján – a virtus és a rítus egyensúlya;

A sportszervezetek médiakommunikációjának átalakulása.

2. *Sporttudomány és sportágak*

Jóga alapú életmódváltó program hatása a táplálkozásra;

Ciklikus sportmozgások biomechanikai hatékonysága és a Flow state kapcsolata;

Egy új sportág felépülése: Cheerleading.

3. *Sport-oktatás*

A tanulók kreativitásának változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként;

A tanulók megküzdési stratégiáinak változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként;

Sportjátékok oktatása konstruktív szemlélet tükrében;

Reformok a rekreáció felsőfokú oktatásban, school-to-work koncepcióban.

Az **előadók** az ELTE sportos oktatói, illetve az ELTE-n (is) oktató külsős szakemberek:

- ELTE PPK ESI, Budapest és SEK-SI, Szombathely;
- PTE ÁOK, Testnevelés- és Mozgásközpont;
- Sport és Lélek - Sport-pszichoterápiás Egyesület.

Az előadások nem ezt a sorrendet követik, ezért érdemes az egész konferencia tartamában jelen lenni. Van mód kérdezni, megjegyzéseket hozzáfűzni, a végén pedig beszélgetni.

A tematika szokatlanul sokrétű és több újszerű témát tartalmaz, segít értékelni az ELTE-n folyó sportos oktatás sokszínűségét és igen magas színvonalát.

Jóga alapú életmódváltó program hatása a táplálkozásra

Dr. habil. Boros Szilvia¹, Dr. Koncz Ádám¹, Dr. Csala Barbara², Körmendi János¹, Gál Vera¹, Suhaj Csilla¹, Selmei Csongor³, Prof. dr. Köteles Ferenc⁴

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

²Egry József Pszichológiai Terápiás Központ, pszichológus, jógaoktató, rekreátor

³Magyar Jóga Társaság Egyesület elnöke; Magyar Jógaoktatók Szövetségének titkára;
Magyar Jóga Akadémia ügyvezető; Jógaterápia Kft. ügyvezető

⁴Károli Gáspár Református Egyetem Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar
Pszichológiai Intézet, Általános Lélektani és Módszertani Tanszék

E-mail: boros.szilvia@ppk.elte.hu

Bevezetés

A jógaiban az egészséges étkezés a testi és mentális funkciók harmóniájának fontos feltétele. Dean Ornish, a Kaliforniai Egyetem professzora számos tanulmányában leírta a jóga, a szociális jóllét, valamint a táplálkozás és testmozgás négyesének relevanciáját a szív-és érrendszeri betegségek primer és szekunder prevenciójának szempontjából.

Jelen kutatásban arra voltunk kíváncsiak, hogy a jóga alapú életmódprogram hatására változik-e az egyes élelmiszer-csoportok fogyasztási gyakorisága; illetve, hogy egyes fizikai jellemzőkben (pl. testzsír-arány, hajlékonyság, izomerő) bekövetkezik-e kedvező hatás.

Anyag és módszerek

Kutatásunkban 75 résztvevő szerepelt: intervenció csoportban 46 fő (életkor = 47,4 év, SD = 9,06 év, 20-63 év között, 40 nő). A kontroll csoportban 29-en vettek részt (életkor = 48,2 év, SD = 8,91, 32-64 év között, 24 nő).

A jóga alapú életmód intervenció 3 hullámban került megtartásra, a mérések (pre és poszt) 1 héttel az intervenció előtt és után történtek.

Az intervenció 12 hétig tartott, amely lényegében egy komplex jóga alapú program volt. A programban 5 tudományos előadás (egészséges táplálkozásról, stressz-levezetéséről, légzés fiziológiájáról, ászanák élettanáról) és 10 klubtalálkozó (kérdésekre adtak válaszokat és az otthoni gyakorlást segítették jótanácsokkal) történt, amely 12 alkalom jógaórával egészült ki.

A táplálkozás alakulását az FFQ (étkezési gyakoriság-kérdőív) segítségével mértük. Emellett a következő mérésekre került sor az intervenció előtt és után: pulzus, vérnyomás, testtömeg, testzsír, szorítóerő, egyensúlyozás, hajlékonyság, törzs izomerő, szívritmus variabilitás.

Eredmények

A táplálkozásban egyik élelmiszer-csoport tekintetében sem találtunk változást az intervenció hatására.

Szignifikáns változás következett be a testzsír-arány alakulásában a kontroll csoporthoz képest. A testzsírtömeg szignifikánsan nagyobb csökkenést mutatott az intervenció csoportban (pre: 24.26 (9.36), poszt: 22.82 (9.02); Kontroll pre: 22.34 (7.76), poszt: 21.99 (8.04)).

Az intervenciós csoportban a hajlékonyságban javulás következett be (Intervenció pre: 32.43 (6.81), poszt: 36.46 (6.72); Kontroll pre: 32.42 (8.90), poszt: 32.91 (8.02)).

A törzs izomereje is nőtt az intervenciós csoportban (Intervenció pre: 61.76 (41.40), poszt: 85.56 (50.32); Kontroll pre: 76.24 (50.06), poszt: 79.55 (48.57)).

Következtetések

Tizenkét hét jóga alapú életmód intervenció vélhetően nem elegendő a táplálkozási szokások megváltoztatásához. Azonban javítja a hajlékonyságot és a törzsizom erejét, valamint csökkenti a testzsír-arányt.

Az egyes élelmiszerek étkezési gyakoriságának kedvezőbb irányú megváltozásához több időre, illetve jobban definiált javaslatokra és nagyobb kontrollra lehet szükség.

Kulcsszavak: jóga, életmód, táplálkozás, testzsír-arány, hajlékonyság, izomerő

Ciklikus sportmozgások biomechanikai hatékonysága és a Flow state kapcsolata

Dr. habil. Karsai István

**Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar, Testnevelés- és
Mozgásközpont**

Bevezetés

A fizikai teljesítmény megnyilvánulásának számtalan formája létezik, ciklikus sportágak esetében az adott versenytáv teljesítéséhez szükséges idővel jellemezhető az aktuális sportteljesítmény. Az objektíven mérhető eredmény alapján a sportoló és az edző megfelelő képet kap a felkészülés sikerességéről, illetve az aktuálisan kitűzött cél megvalósulásáról. Viszont egy versenyen elért kiugróan jó teljesítmény elérésének feltétele a megfelelő fizikai felkészülés mellett egy speciális tudatállapotba kerülés. A sportolás közben megélt, megváltozott tudatállapotot először Csíkszentmihályi Mihály írta le, amely „Flow state” néven került a köztudatba.

A sporttevékenység és „Flow state” kapcsolatát számos tanulmány vizsgálta, az eredmények viszont nem egyértelműek abban a tekintetben, hogy a kiugró teljesítmények elérésének háttérében milyen folyamatok zajlódnak; a „Flow state” megnyilvánulási formája, erőssége, valamint ennek szubjektív alapú megítélése több kérdést is felvetett.

Tényként megállapítható, hogy a jelenség létezik, kiugró teljesítmény elérésének legmarkánsabb megnyilvánulása: Bob Beamon 1968-ban a Mexikói Olimpián távolugrásban elért eredménye.

Anyag és módszerek

Az abszolút csúcsteljesítmény eléréséhez szükséges megváltozott tudatállapot és a ciklikus mozgásokra jellemző biomechanikai paraméterek közötti összefüggés meghatározására egy koncepció került kidolgozásra, mely koncepció alapján megvalósítandó vizsgálat eredménye, reményeink szerint betekintést nyújt az abszolút csúcsteljesítmények létrejöttének háttérébe.

Eredmények

A későbbiekben megvalósításra kerülő koncepció, a „Flow state” egyik legjellemzőbb feltétele a „kihívások és készségek egyensúlya”, valamint az úszómozgás „hatékonysági tényezőjének” összekapcsolásán alapszik. A ciklikus mozgások során a sportoló sebessége felírható a ciklushossz és a csapásfrekvencia szorzataként. A csapásfrekvencia egy határon túl már nem növelhető, a sebesség növelése kizárólag a ciklushossz növelésével érhető el. Megfigyelések és mérések során bebizonyosodott, hogy kimagasló teljesítményre képes úszóversenyzők, legjobb eredményeik elérése alkalmával, a ciklushossz jelentős növelésére voltak képesek. Úszó mozgás során a szárazföldtől eltérő közeg miatt, a ciklushossz növelése csak abban az esetben jöhet létre, ha az áramlástani törvényszerűségek kihasználása eléri a maximális szintet. A feladat nehézsége miatt ez a feltétel csak akkor jöhet létre, amennyiben a sportoló a cél megvalósításához szükséges optimális tudatállapotba kerül.

Az említett körülmény, a ciklushossz növelésének szükségessége viszont megfelel a „Flow state” megélésében fontos szerepet játszó a „kihívások és készségek egyensúlya” helyzet szimulálásának.

Következtetés

Napjainkban már elérhetőek olyan eszközök, amellyel nagy pontossággal nagy mennyiségű adat rögzíthető úszómozgásról, így a legfontosabb hatékonyságot jellemző tényező, a ciklushossz mértékét meghatározó végtagmozgás részleteiről adatok nyerhetőek.

Feltételezésünk szerint a generált versenyszituáció során mért adatok és a szubjektív élmények összekapcsolásával olyan adatbázis alakítható ki, amelyből predikciós módszerekkel következtethetünk a „Flow state” adott versenyzőre vonatkozó megnyilvánulására, amely alapján úszóteljesítménye becsülhetővé válik, továbbá egy esetleges kiugró teljesítmény megjelenésének esélyéről is információt kaphatunk.

Kulcsszavak: Flow state, sportbiomechanika, úszó mozgás, stroke index, csúcsteljesítmény

Paradigmaváltás szükségessége a magyar sportban; Integratív szemlélet a sportpszichológia talaján - a virtus és a rítus egyensúlya

Goschi Gabriella¹, Pálvölgyi Ágnes²

¹Sport és lélek, Sport-pszichoterápiás Egyesület elnöke

²Sport és lélek, Sport-pszichoterápiás Egyesület alelnöke

E-mail: egyesulet@sporteslelek.hu

Az elmúlt évtizedben az oktatás és az egészségügy területén jelen lévő paradigmaváltás láthatóan pozitív módon jelent meg a tömegeket mozgósító sport területén is.

Előbbieknek köszönhetően a lakosság egyre szélesebb körében egyre nagyobb mértékben tudatosodott az igény a testi-lelki egészség valódi fenntartására, amit – a hiányzó infrastruktúra nélkülözhetetlensége és a szabályozói, valamint finanszírozói rendszerek megújítása mellett – hosszú távon egyedül a sport szakmai közegének személyiségközpontúvá tétele tud garantálni! Az alábbi keretrendszer megalkotóinak hitvallása, hogy a sport, a mozgás hatalmas lehetőségeket rejt magában a mindenkori-, és a minden szinten való fejlődés, valamint a gyógyítás tekintetében is. Ez a potenciál azonban nem magától értetődően jelenik meg (!), hiszen a megvalósulás humán terepe a sportoló személyiségének fejlesztési hiányosságai miatt még nincs felkészülve a valódi testi-lelki egészség kibontakoztatására és fenntartására. Helyette gyakran előfordul, hogy a már 6-10 éves gyermekek a sport közegében lassan „elfelejtenek” játszani, mert csak jól figyelnek, mert csak fegyelmezetten teszik a dolgukat, mert csak erőfeszítéseket tesznek hatalmas eredménycélok érdekében és ezen a szemüvegen keresztül szinte felnőtt módjára sajátítják el sportáguk taktikai, technikai, szakmai lényegét. Kiemelnénk példaként, hogy nem megtapasztalják a mozgást, vagy a sportág jellemzőit, hanem betanulják, „bemagolják” azt. Ha az oktatás, a sport és a pszichológia egymást megértve integráltan együtt tudna dolgozni, akkor képes lenne figyelembe venni a 6-14 évesek azon életkori sajátosságait, amely szerint ebben az időszakban nem kognitív, mint inkább érzelmi síkon történik a tudás elsajátítása. A nem megfelelő személyiség- és fejlődésorientált szemlélet miatt, a sport világa évről-évre rendkívül sok fiataalt – köztük be nem vált tehetségeket is – veszít! Ezzel a veszteséggel azonban nem csak a sportszektornak kell számolnia, hanem a népegészségügyi és államgazdasági szektornak is. A lemorzsolódás hatására kikerült fiatalok a további életükben – a rossz élmények miatt – jelentős mértékben elfordulnak a mozgástól, amelynek következményei a népegészségügyi adatokban (pl. elhízás, szív-és érrendszeri betegségek, depresszió) szintén és gazdasági szinten (táppénz) is megmutatkoznak.

Ezzel szemben, egy sportpszichológiailag képzett, fejlődésorientált egyesületi- és közoktatási rendszerben egy önreflektív és jó személyiségű edző, testnevelő vagy sportvezető kezében a sportági mozgásformák olyan tiszta folyamattá és kincset érő felületté változnak, melyben akár fejlődési zavarok és elakadások tudnak a napi gyakorlás mentén javulni, vagy feloldódni, és ahol az élet legfontosabb elemei sajátélmény szinten, védett környezetben, mint egy jó gyakorló terepen megélhetővé válnak. Jelen írás szerzői bátran kinyilatkoztatják, hogy egy másik, hazai úton kell járnunk, és akkor a sport ezen integrált értelmezése és használata terápiás, gyógyító erővel is bírhat!

Gondoljunk csak bele, a rendszeresség, a kudarcok megélése, kibírása, a kitartás, a testtudatosság, a figyelemfókusz, a gyakorlás, az alázat, az együttműködés, a segítség kérés, a támasznyújtás, a sikerek, a holtponatok, az önbizalom, a szabálytudat, a kreativitás, a felelősségvállalás, a játékosság, és még számtalan olyan faktor elevenedik meg napról napra, hétről hétre és évről évre, amely ha a fejlődést vesszük szemléleti alapul, nem csupán szimbolikusan, de a tevőlegesség konkrétságában minél szélesebb rétegek számára, a valódi felnőtté válást készíti elő és az élet kihívásaira ad megküzdési stratégiákat.

Ezt a célt azonban csak akkor tudjuk megközelíteni, ha a mozgást a korábban leírt, minden aspektusra kiterjedő fejlődésorientált és új típusú sportpszichológiával kiegészített integrált szemléletben közelítjük meg. Az új helyzethez való alkalmazkodáshoz új szabályozói és nevelési megoldásokra, valamint ezeket bevezető sportvezetői magatartáskultúrára van szükség, mely eszközök egyben lehetőséget is teremtenek a magyar sport magasabb szintre emeléséhez.

A siker kulcsa a korábbiakhoz képest az integratív megközelítés: a megújított sport szakmai rendszerek mellett az egyénnel, mint személyiséggel való kiemelt törődés, amelynek az említett új típusú pszichológia biztos keretet ad.

Elméleti síkon az látható, hogy az egyes területeken (pl. egészségügy, oktatásügy, orvoslás) külön-külön megvan a mozgás fontosságával és jótékony hatásával kapcsolatos tudásanyag, ugyanakkor annak gyakorlatba való átültetése, a sport világának rohamosan növekvő komplexitása miatt az integritást biztosító szemlélet – a sportvezető és sportoló személyiségfejlődésének központba állítása – mégis hiányzik. Meggyőződésünk, hogy a valódi hatásmechanizmus és tudatos használat úgy érhető el, ha tudományos szintű sportpszichológiai tudással egészítjük ki a tanulókkal, játékosokkal foglalkozó team-et, amelynek küldetése, hogy az együttműködés kovászaként elősegítse az egyes szakterületek tudásanyagának és a folyamatosan javuló infrastrukturális feltételek érvényesülését. Éppen ezért, nagy szükség van olyan szakemberekre a testnevelés, az edzés, a rehabilitáció, tömeg- és élsport területén, akik a mindennapi munkájuk során tudatosan és élően magasszinten alkalmazzák a sportpszichológia tudásanyagát.

ÚJ SPORTPSZICHOLÓGIA: A VIRTUS ÉS A RÍTUS EGYENSÚLYA

Nem csupán az oktatás- és népegészségügyi elvárások (pl. a mindennapos testnevelés és a mozgás, mint gyógyszer legitimizálása¹), valamint különleges társadalmi és gazdasági tényezők (élsport fejlődése, évet halasztó olimpia) mentén válik egyre ismertebbé és elismertté a sporttal kapcsolatos pszichológiai és mentálhigiénés tudásanyag, de kutatások bizonyítják, hogy a legtöbb szülő az egészség fenntartása, a játék élménye, a pozitív szociális közeg és a pszichés fejlődés lehetőségei miatt indítja el sportolni gyermekét és támogatja őt aktívan ennek folytatásában, fenntartásában. Ennek az igénynek a kiszolgálása azonban egy érzékeny és dinamikus egyensúly megteremtésén múlik: a fejlődésnek természetes része az önmagam másokhoz és saját magamhoz való viszonyítása, valamint mások és önmagam felülmúlása. A fejlődéshez a sport – a játék és a virtus mentén – kiváló terepet biztosít azzal, hogy meghatározott szabályokat és szerepeket nyújt. A versengés – és a fent említett dinamikus, azonban kényes egyensúly – könnyen elbillen és „háborúba” torkollik. A fejlődést gátló, romboló erő akkor jelenik meg, ha nincs egy belső fék, ami viszont a sport adta szocializációs közegben minden résztvevő lelkébe szinte „beég”. Ez a fék nem más, mint maga a rítus. A rituálé éppen ellentétes az elkülönülés élményétől. Lényege, hogy összekapcsol és általa minden és mindenki egységbe szerveződik. Nincs még egy olyan területe az életnek, mint a sport, ahol végtelen számú példát találunk a rituálé (olimpiai láng meggyújtása, a fair play megnyilvánulásai stb.) megtartó erejére. A virtus és a rítus integritásában való nevelés az alapja egy olyan generációnak, aki határozott és önzetlen, aki önmagát és a másik embert is értékékként kezeli, aki eredményes, de képes az elengedésre, aki tudatos, de értékrendjét az „úgy van” evidenciája hatja át, és akinek már nem kell tanítani, mert belső meggyőződése, hogy mi az emberléthez méltó viselkedés.

¹ <https://mozgasgyogyszer.hu/>

A sportszervezetek médiakommunikációjának átalakulása

Szabados Gábor

sportközgazdász

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: szabados.gabor@gmail.com

Összefoglaló

Az elmúlt években gyökeresen átalakult a szervezeti kommunikáció a külső érintettekkel, és ez a sportban is fokozottan érvényesült. Egyrészt az egyre inkább professzionalizálódó sportszféra átvette a vállalati kommunikáció alapvető eszközeit a vállalati szférától, másrészt ez olyan terepet jelentett számára, amelyben a vállalatoknál is hatékonyabban tud megjeleníteni és üzeneteket átadni. Ez a közösségi média, ahol a sport érzelmekre ható, közösség- és identitásépítő ereje rendkívül hatékonyan érvényesül.

Az egyszerű macis-macskás-kutyás gifek mellett ugyanakkor a sportszervezeteknél ma már jól megfigyelhető a tudatos brandépítés szándéka, ahogyan a saját értékeiket, megkülönböztető jegyeiket kommunikálják minden megszólalásukban.

Ezt erősítette és egyben egyedi tartalommal bővítette a koronavírus-járvány, különösen annak első hulláma, amely alatt a sportszervezetek kommunikációja jelentősen eltolódott a szórakoztató tartalmak felé, kikényszerítve a professzionális, hatékony médiahasználat fejlődését. Ez a folyamat ugyanakkor a hagyományos sajtókommunikáció átalakulásával, visszaszorításával is jár. Az előadás konkrét példákat, közösségimédia-posztokat is felhasznál e változások bemutatásához.

Kulcsszavak: szervezeti kommunikáció, brandépítés, médiahasználat, közösségi média

A tanulók kreativitásának változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként

Némethné dr. Tóth Orsolya¹, Dr. habil. H. Ekler Judit¹, Dr. Koltai Miklós¹, Pachner Orsolya²

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Sporttudományi Intézet – Szombathely

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Intézet – Szombathely

E-mail: nemethne.toth.orsolya@ppk.elte.hu

Bevezetés

„A pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramja” (MIP-NPET, Methodological Intervention Program for Novice PE Teacher's) az EFOP-3.1.2-16-2016-00001 „A köznevelés módszertani megújítása a végzettség nélküli iskolaelhagyás csökkentése céljából” pályázat keretében valósulhatott meg. E program keretein belül az intézményünkben végzett, elhivatott ifjú kollégák (N=10, 5 férfi, 5 nő) vállalták, hogy módszertani tanulmányaik alatt fókuszban levő tanulóközpontú, ú.n. minőségi testnevelés eszközeivel, módszereivel oktatják tanítványaikat. A program során négy tréningnap alkalmával, illetve folyamatos szakmai konzultációkkal mentoráltuk munkájukat, kezdetben személyes jelenléttel, majd később az online térben.

Anyag és módszerek

A program során a Tóth féle Kreativitást Becslő Skálával (Tóth és Király, 2004) mértük a tanulói kreativitás változását a tanulóközpontú módszertan hatására. A TKBS tizenkét alsókálába csoportosítja a személyiség kreatív jellemzőit: nonkonformitás, komplexitás preferencia, kockázatvállalás, önálló gondolkodás, türelmetlenség, önérvényesítés, dominancia, kíváncsiság, energikusság, eredetiség, kitartás, játékoság.

A mintát a mentorsegítő programban részt vevő, ifjú kollégák által tanított osztályok tanulói alkották, tíz osztály tanulói képezték a kísérleti csoportot ($N_{\text{kísérleti}}=175$), három osztály tanulói pedig a kontrollcsoportot ($N_{\text{kontroll}}=53$). Longitudinális kutatásunk során a kérdőívek kitöltésére összesen három alkalommal került sor: a kutatás kezdeti fázisában, majd egy év, illetve két év múlva.

Kutatásunk kiterjedt a motiváció és a megküzdési stratégiák vizsgálatára is, ugyanezen a mintán. A motivációt a Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 (PMCSQ-2) kérdőívvel vizsgáltuk, mely a tanulók által a testnevelés órán érzékelt motivációs környezetről számol be (Révész et al., 2009). A Megküzdési stratégiák (Zsolnai & Kasik, 2012) kérdőív a tanulók társas környezeti szituációira adott reakciókat, válaszokat gyűjti össze a saját maga, illetve társa számára frusztrált helyzet megoldására irányuló törekvések szempontjából.

Eredmények

Az első mérés eredményeképpen tendencia jellegű különbség jelent meg a komplexitáspreferencia ($p=0,058$), a kíváncsiság ($p=0,051$) és az eredetiség ($p=0,075$) részterületén a kontrollcsoport javára. A második mérésnél viszont a kísérleti csoport szignifikánsan jobb eredményt ért el az önálló gondolkodás ($p=0,017$), ill. tendencia jelleggel a dominancia ($p=0,061$) területén. A csoportokon belüli összehasonlításban a kísérleti csoport esetén tendencia szinten nőtt az energikusság ($p=0,182$), szignifikánsan nőtt az eredetiség, ötletesség ($p=0,012$). A kontroll csoport 1. és 2. mérési eredményei alapján megállapítható, hogy tendencia szinten csökkent a 2. méréskor a komplexitás preferencia ($p=0,088$), szignifikánsan csökkent az önálló gondolkodás ($p=0,047$), ill. tendencia szinten csökkent a kreativitás összpontszáma ($p=0,099$).

Következtetés

A fenti (rész)eredmények alapján elmondható, hogy a kísérleti csoport az önálló gondolkodásban fejlődött a tanulóközpontú testnevelés tanítás módszereinek hatására, mindez hipotézisünk beigazolását jelenti. A kreativitás, mint nevelési cél fejlesztésének egyik kiváló eszköze lehet a tanulóközpontú, minőségi testnevelés módszereinek alkalmazás a testnevelési órákon.

Kulcsszavak: tanulóközpontú testnevelés, kreativitás, mentorprogram

A tanulók megküzdési stratégiáinak változása pályakezdő testnevelő tanárok módszertani mentorprogramjának (MIP-NPET) eredményeként

Dr. Koltai Miklós¹, Némethné dr. Tóth Orsolya¹, Pachner Orsolya², Dr. habil. H. Ekler Judit¹

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Sporttudományi Intézet – Szombathely

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Intézet – Szombathely

E-mail: koltai.miklos@ppk.elte.hu

Bevezetés

A pályakezdő pedagógusok módszertani mentorprogramja (MIP-NPET, Methodological Intervention Program for Novice PE Teacher's) az EFOP-3.1.2-16-2016-00001: A köznevelés módszertani megújítása a végzettség nélküli iskolaelhagyás csökkentése céljából pályázat keretében valósult meg. Programunk célja az volt, hogy módszertani segítséget adjunk az egyetemünkön friss diplomát szerző testnevelő tanároknak, ezzel is segítve beilleszkedésüket és eredményes munkavégzésüket. A hagyományos, elavult oktatási stratégiák helyett merjék bátran alkalmazni a testnevelés szakmódszertan órákon elsajátított korszerű, innovatív módszereket, a mozgástanulás legújabb irányvonalát és az élménypedagógia tanulóközpontú lehetőségeit első munkahelyükön.

Anyag és módszerek

Résztvevők: Kísérleti csoport (n = 10 fő) lelkes, frissen végzett testnevelő tanár. Kontroll csoport (n = 3 fő). Kérdőíves vizsgálatok (osztályok tanulói); n = 226 fő.

Eszközök: A Megküzdési stratégiák (Zsolnai & Kasik, 2012) 21 kérdéses kérdőív, amely a tanulók társas környezeti szituációkra adott reakcióit gyűjti össze az önmaga, illetve társa számára frusztrált helyzet megoldására irányuló törekvések szempontjából. A kapott eredményeket tartalmilag öt kategóriába soroltuk: (1) *aktív* megoldásra való törekvés, (2) *passzív* (várakozás, probléma elkerülés), (3) *agresszív* (fizikai vagy verbális), (4) *segítségkérés* (tanártól, társtól), valamint (5) *egyéb* megoldás.

Módszerek: Az intervenciós program során két éven keresztül elméleti és gyakorlati képzéseken konkrét megoldásokat láthattak és tapasztalhattak autonómiatámogató, tanulóközpontú oktatási módszerekről. A workshopok: videó felvételek, gyakorlati programok, egyéb segédanyagok és módszertani útmutatók, valamint a testnevelés oktatásában szerzett tapasztalataik megbeszélése. A pandémia időszakában megvalósuló online oktatás újabb tapasztalatszerzésre és speciális módszerek alkalmazására is lehetőséget adott.

Statistikai elemzés: IBM SPSS Statistics 28;– 3 mérés osztályátlagok alapján, Baseline, T1 és T2, faktoriális ismételt mérésekre varianciaanalízis, Simple main effects.

Megjegyzés: A teljes programban szerepelt még reflektív napló adatainak elemzése és további két tanulói teszt összehasonlító elemzése: PMCSQ-2, 33 kérdés (Révész et al., 2009), Tóth-féle kreativitás becslő skála (TKBS; 72 állítás; Tóth & Király, 2006).

Eredmények

Közel azonos kiindulószintről indulva, a megküzdés egyes skálái a *short term* vizsgálatban csoporttól függetlenül statisztikailag szignifikáns változást mutattak: az *aktív megoldás* növekedést ($F(1,11) = 2.704$, $p = 0.004$, $\eta^2_p = 0.54$), az *agresszió* csökkenést ($F(1,11) = 19.688$, $p < 0.001$, $\eta^2_p = 0.64$). A Simple main effects eredményei alapján az *agresszió* csak a mintacsoportban mutatott statisztikailag szignifikáns változást (csökkenést) ($F(1,9) = 47.825$, $p < 0.001$, $\eta^2_p = 0.84$), a Baseline-hoz képest. Az *aktív megoldás* skálában szintén csak a mintacsoportnál volt statisztikailag szignifikáns változás (növekedés) ($F(1,9) = 24.510$, $p = 0.001$, $\eta^2_p = 0.73$).

A *long term* vizsgálatban (T1-T2) csoporttól függetlenül minden megküzdési mód statisztikailag szignifikáns változást mutatott. Az *agresszió* ($F(1,143) = 39.336$, $p < 0.001$, $\eta^2_p = 0.22$), és az *egyéb* ($F(1,143) = 17.720$, $p < 0.001$, $\eta^2_p = 0.11$) megküzdési módok magasabb értéket mutattak T2-ben. A *passzivitás* ($F(1,143) = 5.769$, $p = 0.018$, $\eta^2_p = 0.04$), *segítségkérés* ($F(1,143) = 5.609$, $p = 0.019$, $\eta^2_p = 0.19$) és *aktív megoldás* ($F(1,143) = 49.679$, $p < 0.001$, $\eta^2_p = 0.26$) csökkent. Ugyanez a hatás figyelhető meg a csoport eredmények alapján is.

Következtetés

A pályakezdő pedagógusok módszertani mentorprogramja hatékonyan támogatta a friss diplomával és jelentős ambíciókkal induló fiatal testnevelő tanárok beilleszkedését és eredményes munkavégzését. Megfigyelhető az *aktív megoldások* keresésének növekedése és a kezdeti magas szintű *agresszió* visszaszorulása. Azonban ez a kedvező tendencia a *long term* vizsgálat eredményeiben nem folytatódott, vélhetően az online oktatás kedvezőtlen hatásai miatt.

Kulcsszavak: mentorprogram, tanulóközpontú testnevelés, megküzdési stratégiák

Sportjátékok oktatása konstruktív szemlélet tükrében

Dr. Kovács Katalin

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: kovacs.katalin@ppk.elte.hu

Bevezetés

A konstruktív pedagógiai irányzat kialakulása a 21. század társadalmi, gazdasági változásainak, másrészt a technológiai, digitális kommunikáció fejlődésének harmadrészt a szociálpszichológiában megjelenő „egész életen át tartó tanulás” igényének köszönhető (Molnár, 2010). A konstruktív tanulás újszerű felfogásához tartozik, hogy a tanuló nem az ismeretek passzív befogadója, hanem aktívan konstruálja meg tudását a környezettel való interakciók által (De Corte, 2001).

A sportjátékok hagyományos technikán alapuló, instrukciós szemléletű oktatásával szemben a taktikai megközelítések a konstruktivista tanuláselméletből származnak és számos kihívás elé állít(hat)ja a pedagógusokat (Rovegno és Bandhauer, 1997). Tanulmányok arról beszámoltak, hogy a konstruktivista elvek pedagógiai gyakorlatba ültetése bonyolult mind a testnevelők (Rovegno és Bandhauer, 1997), mind a sportedzők (Roberts és Fairclough, 2011) körében. Az egyik nehézséget az úgy nevezett kispályás játékok, mint tanulás-szervezési modellek, okozzák, ahol a technika és taktika egyidejű oktatása történik. A többirányú tanulói interakciók menedzselése és az összetett pedagógiai eljárások még gyakorlott pedagógusoknak is kihívást jelentenek.

Hazánkban a taktika-központú modellek alig ismertek, ezért fontos feltérképezni, a testnevelők véleményét a sportjátékok oktatásáról, valamint hogyan valósul meg a minden napi gyakorlatban. Feltételeztük, hogy:

1. A játék-központú oktatás népszerű a mindennapi testnevelésben.
2. A játék-központú oktatásban nem valósulnak meg a taktika-központú modellek kritériumai.

Anyag és módszerek

Az online kérdőívet (TE-KEB/03/2022) összesen 107 (nő: 56) testnevelő töltötte ki: felsőtagozaton oktatók 79 (nő: 41) és középiskolában 28 (nő:15). Hazánkban az utánpótlás korúak edzésein már nem ismeretlen a taktika-központú módszer. Ezért külön is megvizsgáltuk azon 32 testnevelő válaszát, akik a tanári állás mellett sportjáték edzők is. Az eredményeket leíró statisztikával dolgoztuk fel.

Eredmények

Az első hipotézisünk nem valósult meg, mivel azokon az órákon, ahol sportjátékok a tananyag, a testnevelőknek csak 22%-a alkalmaz játékokat egész órán; 35%-uk csak az óra végén és 34%-uk az óra elején és végén; sőt 10% szerint alig marad idő játékra.

Az egyidőben több kispályán oktatást – mint a konstruktív oktatás egyik lehetőségét – a testnevelők 48,5%-a, míg az edzők 47%-a alkalmazza, annak ellenére, hogy a tanárok 93%-a és az edzőként is tevékenykedők 97%-a tartja hatékony tanulási formának.

A taktika-központú oktatás másik kritériuma a technikai- és taktikai elemek párhuzamos oktatása. A testnevelők 65,5%-a és az edzők 78%-a kezdi technikai elemek oktatásával a sportjátékok tanítását és csak 33%-a és 20%-a valósítja meg a tandem módszert, annak ellenére, hogy véleményük szerint (testnevelők 65%, edzők 72%) a diákok elveszítik a motivációjukat a technikai elemek monoton gyakorlása miatt.

A felső tagozatban jellemzőbb a játékkal tanítani, mint a középiskolában, míg az edzők válaszaik egyértelműen arra utalnak, hogy az hagyományos technika-központú oktatás hívei.

Következtetés

Eredményeink alapján elmondható, hogy a játék-központú oktatás még azon órákon sem jellemző, ahol az oktatási cél csapatsportjáték, annak ellenére, hogy a testnevelők a mindennapi gyakorlatuk során érzik a technika-központú oktatás és annak eredményessége (inkább eredménytelensége) közötti ellentmondást. Továbbra is az instrukciós oktatási szemlélet az uralkodó és a technika oktatását helyezik előtérbe a mindennapi gyakorlatban. Fontos lenne a gyakorló testnevelőkkel megismertetni azokat az oktatás módszertani rutinokat és szemléleteket, amelyek segítik a feszültségek oldását, illetve a technika-taktika oktatásában rejlő (nem kevés) buktatók közötti eligazodást.

Kulcsszavak: taktika-központú sportjáték oktatás, testnevelés konstruktív pedagógia

Cheerleading, hogyan jön létre egy új sportág?

Dr. Kovácsik Rita

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: kovacsik.rita@ppk.elte.hu

Bevezetés

A 'cheerleading' szó hallatán mindenkinek a pompon lányok jutnak eszébe, de a valóságban ez a sportág nem csak, hogy a Sport Accordba bejegyzett sportág, hanem a 2020-ban megrendezett Tokiói Olimpia óta teljes jogú olimpiai státusszal rendelkező sportág, tehát könnyen lehet, hogy akár a következő Olimpián is már találkozhatunk vele. Magyarországon ugyan csak 2009 óta van jelen, de a sportág megjelenése és felépülése hazánkban sportszervezői szemszögből meglehetősen gyors és érdekes.

Anyag és módszerek

A sportág felépülését hazánkban egy nemzetközi áttekintés után fogjuk megvizsgálni, melynek alapját jelenleg rakjuk le. Szakirodalom angol formában több is elérhető, habár ezek nem tudományos jellegűek. Magyarországon először 2022-ben jelent meg az első könyv Cheerleading témában, melynek szerzőjeként saját tapasztalatokat és a gyakorlatban hatékony módszereket szeretnék ismertetni.

Eredmények

Itt szeretném röviden bemutatni a Cheerleading nemzetközi és hazai történetét. A Cheerleading eredete magából a szóból eredően szurkolást jelent, és az 1800-as évek közepén jelent meg először az amerikai egyetemeken, ahol férfiak alkották az első csapatokat. Azután a második világháború idején csatlakoztak a csapatokhoz nők. Ezek után pedig a közös szabályrendszer és oktatás kialakítása Lawrence Herkimer nevéhez fűződik az 1950-es évek környékén.

A későbbiekben megalakuló világszövetségnek jelenleg is 116 ország a tagja, és több millió cheerleader van szerte a világban. 2013 óta bejegyzett sportág a Sport Accordban, illetve 2020 óta teljes jogú tagja a NOB-nak.

Magyarországon az első csapatok 2009-ben jelentek meg, és az első Cheer verseny 2013-ban kerül megrendezésre Érden, amivel párhuzamosan megalakult a Cheerleading Szabadidősport Szövetség. 2014 óta tart fent a Szövetség válogatott csapatokat. Számos nemzetközi sikert ért el Magyarország már több kategóriában. 2016 óta pedig Magyar Cheer Szövetség néven hazai sportági szakszövetségként működik.

A sportág szabályrendszere és felépülése teljes mértékben felülről szabályozott, tehát az International Cheer Union által előírtak alapján működik, így Magyarországon a szövetség feladata ezen kidolgozott tervek megvalósítása a magyar jogszabályi és sportszabályozási keretek között. Jelenleg a sportági szakszövetségnek 16 tagja van és 1000-1200 sportolója.

Következtetés

A Cheerleading mind nemzetközi mind pedig magyar viszonylatban egy nagyon erős exponenciális fejlődésen megy keresztül, amely megismerése érdekes lehet minden sportban dolgozó számára. Mindezek ellenére felvet sok kérdést is a sport jelenleg szubjektív értékelési rendszere, illetve a résztvevő csapatok nagy létszáma.

Az előadás szeretné bemutatni a sportág jelenlegi helyzetét, nem csak Magyarországon, hanem a világban, illetve megmutatni, hogy hogyan jön létre egy sportág a kezdetektől fogva, milyen lépések azok, amelyek eljuttathatnak egy sportot közel az olimpiához úgy, hogy alig egy évszázada létezik.

Kulcsszavak: Cheerleading, sportmenedzsment, új sportág

Reformok a rekreáció felsőfokú oktatásban, school-to-work koncepcióban

Dr. Magyar Márton, Patakiné Dr. Bősze Júlia

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: magyar.marton@ppk.elte.hu

Bevezetés

A rekreáció és leisure oktatástörténeti és -módszertani háttere a sporttudomány területén kevésbé elterjedt kutatási irányt képvisel.

A kreatív tevékenységek szinte egyidősek az emberiség történetével, oktatása azonban kissé eltérő történeti gyökerekkel rendelkezik hazánkban és a világban.

Továbbá érdekességként emelhető ki a szakmai és oktatástörténeti kutatásban a szakképzettség/szakterület eltérései, amelyek egyrészt a sporttudomány, másrészt a turizmus/gazdaságtudomány területéhez kapcsolódnak.

Központi témánk a hazai rekreáció felsőoktatásának szakirányi struktúrájának megújulása, elsősorban az ELTE (PPK) kínálatában, kitekintve nemzetközi érdekességekre is.

Anyag és módszerek

A szórványosan rendelkezésre álló információk feldolgozása dokumentumelemzéssel történt. Egyetemi, szakindítási anyagok áttanulmányozása mellett felhasználtuk az Oktatási Hivatal FIRGráf (Felsőoktatási Információs Rendszer) törzsadatait is.

Eredmények

Külföldi példaként említhető a kanadai Waterloo Egyetem, ahol az elsők között vezették be a rekreáció alapképzést „Recreation and Leisure Studies” néven, valamint az első MA- és PhD-programokat. 1972-ben 4 választható területet kínáltak BSc-hallgatóknak: '*Szabadidő (Leisure) tanulmányok*', '*Terápiás rekreáció*', '*Rekreációs adminisztráció*' és '*Outdoor rekreáció*'.

Ugyanott 13 évvel később már a '*Turizmus és rekreáció*' is választható volt.

Napjainkban az Arts, Recreation and Leisure Studies BA-programon belül '*Rekreációs és szabadidős tanulmányok*', '*Rekreáció és sport business*', valamint '*Terápiás rekreáció*' főszakirány, illetve '*Rendezvényszervezés*' és '*Turizmus*' specializáció szerepel a waterloo-i kínálatban.

Hazánkban az ELTE Tanárképző Főiskolai Karáé az úttörő szerep: 40 321/1991. MAB-engedéllyel itt indulhatott el elsőként a rekreáció főiskolai szak testnevelő tanárral szakpárban.

Kezdetekben, nagyon rövid ideig három specializáció kínált diverzifikált ismereteket az ELTE-s hallgatóknak, követve a külföldi mintát, ám egyediséget is mutatva a hazai piacról: '*Egészségvédelem*', '*Idegenforgalom-turizmus*', valamint '*(Köz)művelődésszervező*', más tanszékekkel együttműködésben.

A 2006-2016. közötti egy évtized során nem volt specializáció a képzésen. Ám a 2016/203, illetve 2016/203-2 számú ELTE-KEB engedéllyel rendelkező pályakövetési kérdőíves felmérésünk eredményeire is alapozottan 2017. szeptemberétől megújulva, specializációkkal működött tovább a rekreáció BSc-képzés az ELTE-n.

Részben az OKJ-regiszterből kikerült szakmák hiánypótlásaként, másrészt az elhelyezkedési lehetőségek növelése érdekében az ELTE-n megterveztük és elindítottuk 2017-ben Budapesten a '*Szállodai és rendezvény animátor*', valamint a '*Fitness- és wellness szakértő*', Szombathelyen pedig a '*Szabadidősport-szakértő*' és az '*Egészségfejlesztés*' specializációkat. A speciális tudás mellett oklevél-bejegyzést is adunk a hallgatók számára.

A végzettség megszerzéséhez szükséges szakmai gyakorlatokat három félévre bontottuk. Itt az adott szakterület releváns piaci szereplői kínálnak félévente 70 órás nonformális tanulási lehetőséget, az élethosszig tartó tanulás folyamatába illeszkedően.

A 2021. szeptemberétől új néven (Rekreáció és életmód) indítható ez a BSc-képzés. A hazai terciér oktatásban új (és eddig egyetlen) további szereplőként az egri Eszterházy Károly Katolikus Egyetem is kínál magyar nyelven két specializációt: '*Aktív szabadidő*', valamint '*Vízi rekreáció és animáció*' néven.

Következtetés

A rekreáció és leisure tanulmányok széleskörű oktatási területén a kurzuskínálatban az elmélet, a menedzsment és az adminisztráció mellett módszertani területek is megjelennek. A holisztikus szemléletnek megfelelően a mozgásos és nem-mozgás dominanciájú rekreáció piac- és szakmaképes oktatásához interdiszciplináris szemlélet szükséges. A különböző szakterületek (társadalomtudomány, természettudomány, gazdaság, neveléstudomány ...) együttes gondolkodásával, stratégia- és tanterv-alkotási kompetenciái felhasználásával alakíthatók ki (új) tantárgyak, valamint specializációk a piaci elhelyezkedés elősegítése érdekében.

Kulcsszavak: rekreáció, terciér oktatás, szakmák, piaci gondolkodás, school-to-work

Élsportolói szemszögből megvilágított perfekcionizmus

Bartos Adél

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola

Sport és Egészségnevelés program

Témavezető: Prof. Dr. Bárdos György

E-mail: bartos.adel@ppk.elte.hu

Bevezetés

A perfekcionizmus megjelenése az élsport világában megfigyelhető, hiszen már a gyermekkorban megtapasztalt, kiemelkedő eredmény elérését követő elismerés, taps, dicséret formájában érzékelhető pozitív visszacsatolás alapvető igényné válhat. Adaptív és maladaptív megjelenési formája befolyásolja a sportolói teljesítményt (Stoeber, 2011; Hall és mtsai., 2014). Az a sportoló, akiben a maladaptív perfekcionista jegyek dominálnak és igazán magas személyes elvárásokat támaszt önmagával szemben, melyeknek megfeleléséért mindent megtesz, az őt körülvevő emberek pozitív és természetesen a negatív visszajelzésére is nagymértékű érzékenységet mutat (Frost és Henderson, 1991). A perfekcionizmus témakörében az önértékelés fontos szerepet kap, továbbá a szociális hatások, a szülői befolyás, az edző-sportoló kapcsolat, a fogyasztói társadalom elvárásai a tökéletességre való törekvés legjobb segítőinek mutatkoztak.

Anyag és módszerek

Az alanyok kiválasztása irányított mintavétellel történt (n=11), mindössze az élsportolói státusz meghatározásával (2020/127. kutatásetikai engedély), így a sportáguk szempontjából nem alkotnak közös csoportot. Az említett sportágak az alábbiak: úszás, evezés, kajak-kenu, birkózás, dzsúdó, vívás, öttusa. Az interjúalanyok életkora 18 és 45 év közötti volt, nemük aránya: f=8, n=3. Az alanyok összefüggő élőnyelvi beszéde hangfelvétel segítségével került rögzítésre, hogy annak szó szerinti papír alapra átvitt formájából végrehajtható legyen a vizsgálat (247 500 karakter). Az interjúk kvalitatív elemzése, a Grounded Theory narratív elemzés alkalmazásával történt.

Eredmények

Élsportolók körében a perfekcionizmus motívumainak jelenléte, kialakulása, és azok összevetése tekintetében a Grounded Theory (megalapozott elmélet) alapú elemzés alkalmasnak bizonyult.

A mintán végzett vizsgálat alapján az alábbi eredmények születtek.

A szülői mintakövetés érvényesült az élsportolói szerepvállalásban, emellett a sportolók tekintélyelvű, szigorú neveletésben részesültek.

Az edző és sportoló közti jó kapcsolat összefüggést mutatott a kiemelkedő teljesítménnyel, emellett ezen kapcsolatot érintve az elemzés alatt, több újszerű információra is fény derült.

Az élsportolók szülői, edzői, és tágabb körből érkező társadalmi elvárásokkal is szembesültek, mely elvárásoknak igyekeztek megfelelni.

Továbbá az interjúkból az is kiderült, hogy a kiemelkedő teljesítményt elérő, azaz Európa-bajnokságon, Világ-bajnokságon és Olimpián elért dobogós eredményekkel rendelkező élsportolók, saját bevallásuk szerint önbizalomhiánnyal rendelkeznek.

Végül az eredményeket tekintve, a perfekcionizmus, akár adaptív akár maladaptív mivoltában, de megjelent a beszámolókbán. A perfekcionizmus hat dimenziója közül négy elem is jelen volt, melyek az alábbiak: személyes elvárások, szülői elvárások, szülői kritika, önbizalom- és önértékelési problémák. Ezeken felül több interjúban említésre kerül az ötödik elem, a hibák feletti aggodalmaskodás, mint túlzó önkritika, tehát a cselekedetek rendszeres megkérdőjelezése mely csakugyan a perfekcionista jellemzői közé tartozik.

A Grounded Theory módszerének köszönhetően, a kódolás során (azaz a kutatást megelőző szakirodalmi áttekintéshez mérten) új adatok jelentek meg, melyek akár rejtett elemek is lehetnek. Felsorolva ezek az elemek a következők: maximalizmus, siker és kudarc megélése, lelkiismeretesség, segítőkészség, a nemet mondás, azaz a visszautasítás nehézsége, és végül, de nem utolsósorban, a bűntudat érzete.

Következtetés

Kijelenthető, hogy a Grounded Theory narratív elemzés módszerét alkalmazva elemezhető az élsportolók perfekcionista beállítódása. A témában e módszer eltérő az általában alkalmazottaktól, hiszen a perfekcionizmus és az élsport kapcsolatát kvantitatív elemzéssel szokták vizsgálni (Frost és Henderson, 1991; Pikó és Berki, 2019; Reinhardt és mtsai., 2019). E módszerrel a sportolók közti egyéni különbségek is szépen kirajzolódnak.

Kulcsszavak: perfekcionizmus, sport, Grounded Theory

Élvonalbeli ökölvívók táplálkozási attitűdje

Dr. Béki Piroska¹, Dr. Faragó Beatrix^{1,2}

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

²Soproni Egyetem Lámfalussy Sándor Közgazdaságtudományi Kar Kutatóközpont

E-mail: beki.piroska@ppk.elte.hu; farago.beatrix@ppk.elte.hu

Bevezetés

A hatékony sporttáplálkozás különösen fontos olyan sportágak esetében, ahol a súlycsoport meghatározott. Nemcsak az étkezés és a folyadékfogyasztás befolyásolja a teljesítményt, hanem az elfogyasztott folyadék és táplálék időzítésének kérdése is a mérlegelés és a versenyzés közötti időszakban. Sok esetben a táplálékok felszívódása és energia tartalma fontosabb, mint az a kérdés, hogy egészséges vagy nem egy adott összetevő. Mégis arra kell törekedni, hogy az elfogyasztott táplálék az adott időszakban a legalkalmasabb és legegészségesebb legyen egyszerre. Különösen fontos ez az ökölvívás esetében, ahol a versenynapokon folyamatosan hozni kell a súlyt a mérkőzések előtt ellentétben azokkal a küzdősportokkal, ahol a verseny első napján van csak mérlegelés.

Kutatásunkban arra voltunk kíváncsiak, hogy ez az irányított táplálkozás és sok megvonás mit indukál a sportolóknak és alapozó időszakban vajon ugyanúgy tudatosan odafigyelnek-e a táplálkozásra, illetve az egészséges alapanyagokra, mint versenyidőszakban. Azt is vizsgáltuk, hogy milyen tapasztalataik vannak a fogyasztással és a versenyteljesítménnyel kapcsolatban.

Anyag és módszerek

A minta alapját a magyar ökölvívó férfi és női elit sportolók alapsokasága jelentette, akik a hazai versenyrendszerben vesznek részt, a válogatottak ebből a sokaságból kerülnek ki célirányos szakértői kiválasztással. A nemzetközi és a hazai ökölvívó élet meghatározó sportolói. Az elődöntőbe és a döntőbe jutott sportolók jelentették a mintát a kutatáshoz, akik 12 női és 13 férfi súlycsoportban versenyeztek. Kutatásunkban mélyinterjúk módszert alkalmaztunk, melyeket a 2021-es évi magyar bajnokság alkalmával bonyolítottuk le (N=51).

Eredmények

Az ökölvívók nagy százaléka (főleg a férfi mezőnyben) kisebbségből származik, más kultúrája van a táplálkozásnak, így az edzőtáborokban jutnak olyan ételekhez, melyek a sportteljesítményt jobban szolgálja még akkor is, ha ezt a gazdasági háttér nem indokolja. A mérlegelések előtt inkább megvonják maguktól a folyadékot, ami azt eredményezi, hogy sokszor a versenyen menetek közben elsavasodnak az izmok, idő előtt elfáradnak és a harmadik menetben már csak pihennek egymáson összeakaszkodva. Amikor kiesnek a versenyből, akkor pedig „mindent bele” megesznek mindent.

Következtetés

Bár nemzetközi gyakorlatban már egyre tudatosabban használnak dietetikus szakembereket, itthon mégis csak kis százalékban tapasztalható, hogy ezt az irányt követik az egyesületek. Az ökölvívás esetében ez különösen megfigyelhető, hiszen a versenyzők nagyobb része a kisebbség népes táborából érkezik, ahol a kulturális és gazdasági különbségeknek köszönhetően nem jellemző a táplálkozás fontosságának felismerése a teljesítményfokozásban.

Kulcsszavak: sporttáplálkozás, egészséges táplálkozás, ökölvívás

A gondolat ereje a szerencsejátékban és a sportteljesítményben

Cseh Orsolya¹, Kertész Ramóna², Prof. Dr. Szabo Attila³

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Doktori Iskola

Doktori program: Személyiség- és egészségpszichológia

²végzett hallgató, Sport- és rekreációs szervezés BSc (sportszervezés)

³ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: orsolya.k.cseh@gmail.com

Bevezetés

A koncentráció erejének fontos szerepe van a sportban. Jelen tereptanulmányunk a mentális fókuszálás hatását vizsgálta egy véletlenszerűnek mondható (dobókocka dobás) és egy ismerten készségalapú (kosárlabda szabaddobás) teljesítményre. A fókuszált mentális állapotot, mindkét esetben, úgy definiáltuk, hogy a résztvevő csak akkor végezte el a dobást amikor mentálisan sikeresnek érezte azt és látta a pozitív eredményt már a dobás előtt.

Elsőként azt a hipotézist vizsgáltuk, hogy a véletlenszerű dobásban a fókuszált gondolkodás nem segít a kívánt eredményt elérni. Ezt követően, azt a hipotézist is megvizsgáltuk, hogy a képesség és készség-dependens kosárlabda szabaddobás eredménye pozitívan befolyásolható a mentális fókuszálás segítségével.

Anyag és módszerek

Az első vizsgálat során tíz felnőtt (átlagéletkor = 34; SD = 16), öt férfi és öt nő 50-szer dobott egy dobókockát kontroll és koncentrált kondíciókban felváltva. A hatost eredményező dobások száma feljegyzésre került. A második kísérletben kosárlabdázásban nem jártas 12 férfit és 12 nőt (átlagéletkor = 33,83; SD = 10,17 év), véletlenszerűen egy kontroll és egy intervenció csoportba soroltunk. Mindkét csoportnak tíz szabaddobásra volt lehetősége, kétszer, 10 perces szünettel. A második esetben az intervenció csoport résztvevői azt az instrukciót kapták, hogy csak akkor hajtsanak végre dobást, amikor mentálisan érezték és szinte látták labdát a kosárban. A sikeres dobások számát feljegyeztük, majd átlagoltuk.

Eredmények

A kockadobás során a Chi-négyzetes teszt nem mutatott ki statisztikailag szignifikáns különbséget a sikeres dobások gyakorisága között a kontroll és fókuszált kondícióban (79 vs. 92, $p > .05$). A kosárlabda szabaddobás kísérletben az intervenció csoport megduplázta a sikeres szabaddobások számát az második dobásnál (ábra), ami statisztikailag szignifikáns volt ($p < .05$). Ez az eredmény nem a gyakorlásnak volt köszönhető, mert annak hatása az első és a második dobás között nem volt szignifikáns a kontroll csoportban ($p > .05$).

Következtetés

Eredményeink azt sugallják, hogy amíg a véletlenszerű teljesítményt nem, addig a készségalapú teljesítményt erősen befolyásolja a mentális fókuszálás.

Kulcsszavak: figyelem, koncentráció, mentális fókusz, teljesítmény, vizualizáció

The Impact of Early Spiritual Experience on Adulthood Spirituality

Orsolya CSEH¹, Attila SZABO, Prof. ²

**¹Doctoral School of Psychology, Eötvös Loránd University
Doctoral Program: Personality and Health Psychology**

²Institute of Health Promotion and Sport Sciences, Eötvös Loránd University

E-mail: orsolya.k.cseh@gmail.com

Introduction

Beliefs stem from learning and experience mediated by evaluative conditioning. Individuals experiencing extraordinary changes in their lives often attribute the event to spiritual sources or acts of God.

Material and methods

This explorative cross-sectional study investigated religiousness/spirituality in volunteers ($n = 77$; 21% men; mean age = $39.45 \pm SD = 11.97$) who completed six subscales of the Brief Multidimensional Measure of Religiousness/Spirituality on the Qualtrics research platform.

Results

Respondents formed two groups based on their claim that they had experienced a major life-changing spiritual event (72.7%) or not (27.3%). As expected, the former group scored higher ($p < .005$) on all measures than the latter group. Among this group, the proportion of religious ($\phi = .33$) and spiritual ($\phi = .52$) commitment was also higher ($p < .05$). Groups did not differ in age, gender, education, and living area. Among those who experienced a major life change, 42.3% had such experiences at or under 18 years old. Most (83.4%) of these participants were committed spiritually and attended religious services once, or more weekly; 95.9% approached life events spiritually.

Conclusions

These findings suggest that subjectively perceived life-changing events favor religious/spiritual attitudes and behaviors, and their impact might be stronger if experienced at a younger age.

Keywords: Beliefs, Spirituality, Religiousness, BMMRS

A sport pénzügyi világa a kriptovaluták rendszerében

Dr. Faragó Beatrix^{1,2}, Dr. habil. Gósi Zsuzsanna²

¹Soproni Egyetem Lámfalussy Sándor Közgazdaságtudományi Kar Kutatóközpont

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: farago.beatrix@uni-sopron.hu; gosi.zsuzsanna@ppk.elte.hu

Bevezetés

A digitális technológia térnyerésével a sportgazdaság globális megjelenésével predesztinálható volt a sportipar és a pénzügy együttműködése. A sport és a kriptovaluták összefüggésében az innovatív iparágakat szükséges vizsgálnunk, és azok egymással való kapcsolatát. A felhasználási területek módjában viszont már több kérdés merül fel. A kriptovaluta a pénzügyi piacot hódította meg legerőteljesebben, amely a sportgazdaságban profitnövelő funkciókkal, fizetési eszközként való elterjedésében mutatkozott meg leginkább. A sport számos közös pontot kínált a blokklánc technológián alapuló iparágnak, amely a sportmarketing eszközökben is teret nyert. A fan tokenek a sportszolgáltatások és a sporttermékek piacán új fogyasztói piacot generált, és a sportrajongók fizetőképes keresletét szolgáltatta meg. A kriptovaluták és a sportszektor egyre erőteljesebben kapcsolódik össze növelve a sport gazdasági teljesítményét.

Anyag és módszerek

Vizsgálatunk szekunder kutatás alapján, a bankszektor és a sportgazdasági szakfolyóiratok elemzésének bemutatásával történik. A vizsgálat főként a nemzetközi sportgazdaságban megjelenő kriptovaluták felhasználását ismerteti a sportklubok, sportolók, szurkolók szereplésével. A kriptovaluták sportgazdasági megjelenésében a szakirodalom kevésbé széleskörű, az elemzések alapját kriptovalutákkal foglalkozó szakcikk vizsgálatával van lehetőség felmérni. A szekunder kutatás része a statisztikai adatok elemzése, amely a pénzügyi szektor valutakereskedelmét, árfolyamát a sportgazdasági funkcióiban tárja fel.

Eredmények

A kriptovaluták meghódították a sportgazdaságot. Egyre nagyobb területen jelennek meg, mint a szurkolói tokenek, a sportolói fizetések, a merchandising termékek pénzeszköze. Elfogadásuk és terjedésük gátja a bizonytalansági tényező, amely az árfolyamok által jelentkezik. A sportipar egyre szélesebb körben alkalmazza a kriptovalutát fizetési eszközként, amely terjedése nagyarányú, de hivatalosan még nagyobb részben nem elfogadott. A kriptovaluták felhasználása sportmarketing eszközként is funkcionál, amely a szurkolói bázis erősítését kívánja megteremteni.

Következtetés

A kriptovaluták a sportban innovatív irányt mutatnak, és a globális sportban elkerülhetetlen a megjelenése. Hosszú távon való fennmaradása a pénzügyi rendszer stabilitásától, az árfolyam megbízhatóságától is függ. Jelenleg egyre nagyobb körben terjed a sportiparban, de számos változó tényező lassítja is a hivatalos használatát.

Kulcsszavak: sportgazdaság, kriptovaluta, sport pénzügyek, fan token

Familiarity and Popularity of Movies about Sports and Running

Zsuzsanna GÖSI, Ph.D. habil.¹; Zsuzsanna BUKTA, Ph.D.¹, Éva ERDÉLYI, Ph.D.², Márton MAGYAR, Ph.D.¹

¹Institute of Health Promotion and Sport Sciences, Eötvös Loránd University

²Department of Methodology for Business Analysis, Budapest Business School Faculty of Commerce, Hospitality and Tourism

E-mail: gosi.zsuzsanna@ppk.elte.hu

Introduction

There are basically two kinds of recreation: physical and mental recreation. In this research, we examined how well the sports movies known. We investigated an area of mental-intellectual recreation that is partially related to physical activity.

Material and methods

As part of the primary research, an online questionnaire survey (ELTE Research Ethics Committee 2022/383) was conducted among the Hungarian population via the kerdoivem.hu site. As a result of convenience sampling, after data cleaning, the analyzes were based on 305 evaluable responses.

We were looking for the answer to whether the population plays sports, likes movies and what kind of sports broadcasts they like.

The statistical analysis was performed with the SPSS program package to reveal the relationships (at a 95% confidence level), in order to accept or reject our hypotheses.

Results

305 people completed the questionnaire in an evaluable manner. Among the respondents, 65% were women, while 35% were men.

Most of the participants in the survey like movies, typically almost all types. Most of them (81.31%) prefer comedies, more than half prefer crime and action films.

In response to the open question, in which they described the sports-related movie title that comes to their mind first, we can come across more than a hundred movie titles.

The younger generation gave very diverse movie titles.

The most people thought of '*Chariots of Fire*' (13.77%, mainly in the 48-57 age group), followed by '*Rocky*' (10.16%), '*The Blind Side*' (8.52%), '*Eddie the Eagle*' (4.59%), then '*Coach Carter*' (with 4.26 %).

18 more films were marked by more people, and approx. eighty film titles by one or two people. Among the titles of movies related to running, '*Forrest Gump*' (a 1994-film with Tom Hanks) came to mind for 45.25% (typically for the younger generation), '*Chariots of Fire*' (a 1981-film about two British track athletes who are driven to win in the 1924 Olympics) also appears here at a rate of 18.36%. The '*Ultra*' (a Hungarian film of 2017 about an extreme running race), the

'*Marathon Man*' (a thriller film of 1976 with Dustin Hoffman) and the '*I am Bolt*' (a biographical documentary sports film of 2016) also occurred at a rate of at least 3%.

Among the documentaries, '*Puskás: The Legend of the Magical Magyar*' is the most popular, followed by documentary series offered by streaming service providers.

According to 78% of respondents, films about sports set a positive example, but only 44% of them are encouraged to exercise by them.

Respondents like documentaries and feature films alike.

Conclusions

The respondents gave extremely varied movie titles, more than a hundred movies were mentioned. Among the documentaries, the most watched are the series offered by streaming services. According to the respondents, movies about sports and running set a positive example, so it might be worth to increase their offer on television channels.

Keywords: leisure sports, running, film, motivation

The Impact of the COVID-19 Epidemic on the Income of Sports Federations in Hungary

Zsuzsanna GÓSI, Ph.D. habil.; Márton MAGYAR, Ph.D.

Institute of Health Promotion and Sport Sciences, Eötvös Loránd University

E-mail: gosi.zsuzsanna@ppk.elte.hu

Introduction

The operation of sports federations has changed significantly in the last decade. The different support programs appearing in sports, the favorable changes in the legal environment, and also additional resources flowing into this sector transformed the operation of these associations. To the different organizations different support programs were available. In the case of spectacle team sports, support through the corporate and dividend tax system fundamentally changed the composition of resources. Other sports, primarily at the Olympics successful ones, were supported by direct central resources.

Material and methods

The topic was explored using the method of document analysis. During this research, accounting reports and public benefit reports of the last ten years were reviewed. The analysis was based on dynamic index and distribution ratio. Then an examination of the property, financial and income situation was carried out, based on indicators related to managerial accounting, which are also relevant for non-profit organizations.

Results

Among the examined sports federations, the income of spectator team sports began to increase dynamically at the beginning of this decade. The start of the special Hungarian sport-support (TAO subsidy) also brought along an increase of other income. Growth began to slow by the middle of the decade, and then stagnated. In the two years affected by the pandemic, in 2020 and 2021, there was no significant loss of income either. Among the associations, there were also ones, those were able to increase their income despite the difficulties affecting the whole economy. Stagnation was also typically observed in the case of individual sports' associations. On the expenditure side, the cost structure here has changed slightly, thanks to the difficulties caused by the closures. Typically, more money had to be spent on some cost elements, and less money on others.

Conclusions

The amount of income of sports organizations increased continuously in the first half of the decade, and then began to slow down or stagnate. As a result of the epidemic, the income and the cost structure changed to a small extent. The structure of the subsidies clearly shows the government measures that helped the sports sector during the restrictions.

Keywords: sports sector, sports organizations, accounting report, COVID-19

A motiváció jellemzői és szerepe a serdülőkorúak testnevelésórai fizikai aktivitásában

Horváth Dávid Ákos

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola

Sport és Egészségnevelés program (Témavezető: Dr. habil. Csányi Tamás)

E-mail: horvathdavidakos@gmail.com

Bevezetés

A gyermekek fizikai aktivitási magatartása megváltozott az elmúlt 20 évben. A testmozgás hatással van a gyermekek fejlődésére és pozitív befolyással bír az egészségi állapotra. A szervrendszerek működését serkenti, mérsékli a különféle betegségek kialakulásának lehetőségét. Megfelelő lépéseket tehetünk vele a szív- és érrendszeri betegségek kockázatának csökkentése, valamint a túlsúly és annak kialakulása ellen. Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) által megfogalmazott nemzetközi irányelvek azt javasolják, hogy az 5–17 éves gyermekek minden nap 60 percig végezzenek mérsékelt és erőteljes fizikai aktivitást (MVPA), amely jellemzően aerob jellegű, és legalább heti három alkalommal tartalmazzon nagyintenzitású mozgásokat, valamint izom- és csonterősítő mozgásformákat (WHO, 2020). Farooq és mtsai (2020) 3-18 év között a fiúk esetében évi 3,4%-os, míg a lányoknál 5,3%-os MVPA-csökkenést találtak. Nemzetközi adatok összehasonlítása alapján a gyermekek és a fiatalok csak 30%-a felelt meg a napi 60 perces közepes vagy erőteljes fizikai aktivitás (MVPA) jelenlegi irányelveinek (Tremblay és mtsai, 2016).

Az oktatási intézmények megfelelő háttérrel biztosíthatnak a fiatalok fizikai aktivitásának növelésére. A tapasztalatok akár pozitívak, akár negatívak, hatással vannak a hétköznapokra, a magatartásra és a hozzáállásra. A testi nevelés során kapott élmények kiemelt szerepet játszanak a mozgás iránti attitűd kialakításában. A testnevelés órán lévő motivációs környezet egyaránt serkentheti és gyengítheti az ambíciót és a fizikai aktivitás szintjét. Edward Deci és Richard Ryan önmeghatározási elmélete (SDT: Self-Determination Theory 1991, 2000) széleskörben elterjedt az oktatás, testnevelés és a sport területén.

A motiváció jellemzői, irányultsága és a testnevelésórákon mérhető fizikai aktivitási szintek összefüggései, befolyásoló tényezőinek vizsgálata, a nemzetközi szakirodalomban is aktualitással bír.

A szakirodalmi áttekintések (review-k) alapján elmondható, hogy minél inkább autonóm, önszabályozott egy adott tevékenység (pl. intrinsic motivációval bír), annál kedvezőbbek a motivációs feltételek a tevékenységgel összefüggésben.

Célom a testnevelésórákhoz kapcsolódóan felmérni a tanulók motivációs jellemzőit az SDT-elmélet alapján, és ezzel összefüggésben megvizsgálni kapcsolatát az objektíven mért fizikai aktivitási szinttel.

Anyag és módszerek

A fizikai aktivitási szint mérésében a mozgásszenzorok megjelenésével és alkalmazásával az MVPA-becslések és -számítások megbízhatóbbak a fiatalabb korosztály vizsgálatakor. Az accelerométer, azaz a gyorsulásmérő eszközök pontos, valós idejű adatokat szolgáltatnak az ülő, inaktív és fizikailag aktív időszakokról.

Tudományos alkalmazhatóságát számtalan kutatás során bizonyította.

Kutatásomat serdülőkorú fiatalok vizsgálatával szeretném megvalósítani. A tervezett elemszám 22 fős átlagos osztálylétszámokkal becsülve 15 osztályban összesen 330 tanuló, és a kapcsolódó 15 szaktanár. A felmérni kívánt testnevelésórák száma 15 db, két mérési alkalommal, összesen 30 tanóra.

Várható eredmények

Előfeltételezés alapján az iskolai testnevelésóra meghatározó szerepet tölt be az ajánlás szerinti heti MVPA szint elérésében.

Várhatóan az intrinsic motivációval bíró fiatalok nagyobb MVPA szintet érnek el egy adott órán belül, és az aktív életmóddal, sporttal kapcsolatban pozitív attitűddel rendelkeznek.

Feltételezem, hogy a különféle tudatosan strukturált óra környezet hatással van a fizikai aktivitásra.

Kulcsszavak: motiváció, fizikai aktivitás, testnevelés

Köznevelési intézményben pedagógus munkakörben foglalkoztatottak lelki egészségének longitudinális vizsgálata változó helyzet közepette - a Maslach Burnout Inventory (MBI) kérdőív eredményeinek változása magyar pedagógusok körében a SARS-COV-2 pandémia egyes hullámai során

Juhász Rebeka

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola

Témavezetők: Dr. Kiss-Geosits Beatrix, Prof. Dr. Bárdos György

E-mail: juhasz.rebeka@ppk.elte.hu

Bevezetés

Kutatásunk olyan longitudinális vizsgálat, melynek alapjául az elmúlt évek során világszinten jelentős SARS-CoV-2 vírus által okozott pandémia következtében kialakult nevelés-oktatási helyzet szolgált. A több száz éves frontális, jelenléti oktatási hagyományt megtörő vírushelyzet jelentős változásokat idézett elő gazdasági, szociális szinten, és talán nem is volt olyan szektor, amelyet ne érintett volna. Mivel alapjaiban kényszerített számos gyakorlatot változásra, elkerülhetetlen volt, hogy hatással legyen az emberek pszichés állapotára. Ezt a mentális folyamatot vizsgáltuk a Magyarországon, köznevelésben foglalkoztatott pedagógusok körében a 2020-2021. évben.

Anyag és módszerek

4 időintervallumban történő adatfelvétellel járó longitudinális vizsgálat, szakirodalmi elemzéssel kiegészülve. Az adatfelvétel önkitöltésen alapuló, önjellemző, egyéni, irányított, de véletlenszerű írásos kikérdezéssel történik. Jelen adatelemzés alapja a Maslach Burnout Inventory (MBI) kérdőív, amely Kiegészítő Leltárként került be a magyar szakirodalomba, valamint a pedagógusok szociálökonomiai státuszára, foglalkoztatási körülményeire, szabadidő eltöltési szokásaira, pályaválasztási motivációira, és a digitális oktatás bizonyos aspektusaira vonatkozó kérdések. A kutatás mintájaként az Oktatási Hivatal KIR Adatbázisából nyerhető, intézményekre vonatkozó, nyilvános adatok kerültek felhasználásra, amely hozzáférés alapú mintaválasztást tett lehetővé. Így az összes kapott elemszámból 3441 fő eredményeit értékelhettük.

Eredmények

A longitudinális vizsgálatban részt vevő pedagógusok MBI kérdőív eredményei alapján az első adatfelvétel során érték el a legalacsonyabb, legjobb eredményt, az ezt követő három adatfelvétel eredményei pedig növekedést mutatnak a kiegészítő vizsgáló kérdések során. Az elért átlagpontszám alakulása hasonló tendenciát mutat. Szórás tekintetében az első adatfelvétel szórása a legkisebb, majd minden további adatfelvételnél nő a mintában leírható szórás.

Következtetés

A Maslach Burnout Inventory (MBI) kérdőív eredményei alapján a vizsgálatban részt vevő pedagógusok kiegészítő mutatói a Covid-19 járványhelyzet időbeni előrehaladtával egyre nő, így lelki egészségük romlása feltételezett.

Kulcsszavak: pedagógia, Covid-19, lelki egészség, longitudinális kutatás, magyar pedagógusok, Maslach Burnout Inventory (MBI) kérdőív

Sportvezetői kihívások a sport alapszolgáltatásának biztosítására – A kritikus működési pontok azonosítása

Dr. Kassay Lili

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: kassay.lili@ppk.elte.hu

Bevezetés

A hat látványcsapat-sportág elsőosztályú bajnokságainak nézővonzó képességének, valamint a felnőtt válogatottak eredményes szereplésének egyik legfontosabb letéteményese a felnőtt csapatokba beépíthető játékosokat évről évre felkészíteni képes utánpótlás-képzési rendszer működése. A sportszakmai eredményekben és játékoszámban (is) mért teljesítmény a sportszervezetek tudatos működésének és gazdálkodásának a tükré. Az előző évvel megegyező összeget, 124,9 milliárd forintnyi TAO-támogatási keretösszeget hívhatnak le 2022-ben. A sportágakban dolgozók várakozásai szerint az utánpótlás-képzésre fordítható forintok az elkövetkező években stagnálni vagy csökkenni fognak. A várakozások és az eddigi gazdálkodási tapasztalatok a sportági szereplők oldaláról is felvetik az utánpótlás-csapatok eredményességének és a játékosok beválásának, illetve a hatékony gazdálkodásnak a kérdését.

Anyag és módszerek

A sportági vertikum szervezeti érintettjeinek – különböző versenyeztetési szintű klubjainak vezetői, sportszakemberei, edzői – a hatékony működtetéshez kapcsolódó felvetéseire, kérdéseire és javaslataira irányuló kutatást megelőzte egy, a rendszer kritikus pontjait beazonosítani szándékozó feltáró interjúsorozat. A teremben űzött csapatsportok nevezett érintettjei körében felvett, tíz interjúalanyt hólabda módszerrel megszólító félig strukturált mélyinterjú arra a kérdésre kereste a választ, hogy a válaszadók miben látják a jelenlegihez képest hatékonyabb és eredményesebb működéshez vezető kulcstényezőket.

Eredmények

Az utánpótlás-képzésben érintett sportszakemberek és sportvezetők a sportszervezet identitásának és célrendszerének egyértelmű megfogalmazását nevezték meg mint az egyik meghatározó tényezőt. A sportszervezeten belüli tudatos, programszintű sportszakmai együttműködés és egyben edzői autonómia – sportigazgatói és szervezeti, menedzseri támogatással a háttérben – ugyancsak befolyásoló erővel bírnak. Az egyesületek, akadémiák és kiemelt akadémiák együttműködése, tartalma, partnersége és a kisebb nevelőklubok elkötelezettségét is értékelő szakmai, valamint anyagi elismerése komoly hatással lehet a rendszer hatékonyabb működésére. A „játékosút” tudatos felépítése, az edzőképzés mellett a szervezeti vezetők képzése ugyancsak bekerült a kritikus tényezők körébe.

Következtetés

Egy-egy szervezet eredményes és hatékony működését alapvetően befolyásoló, vezetői szerepben tevékenykedő sportszakember – edzőtől kezdve a sportszervezet vezetőjéig bezárólag – vezetői kihívásainak vizsgálata és a kutatás megállapításai részletes áttekintést adhatnak azokról az emberi szakmai és menedzseri tényezőkről, amelyekre támaszkodva vonzóbb, játékosokat megtartani képes, kiszámíthatóbb és hatékonyabb működésűvé formálhatók a sportszervezetek.

Kulcsszavak: TAO, menedzsment, hatékony és fenntartható működés

A jóga egészségmegőrzésben betöltött szerepe és életminőségre gyakorolt hatásai zenészek körében

Koroknai Anikó

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola

Témavezető: Dr. habil. Boros Szilvia

E-mail: annie.koroknai@gmail.com

Bevezetés

A hivatásos zenészek nagyfokú stresszt, zenei teljesítményszorongást és a teljesítménnyel összefüggő izom- és csontrendszeri rendellenességeket tapasztalnak. A hangszerjátékból adódó aszimmetrikus testtartás és mozgás következtében a két testfél folyamatos egyenlőtlen terhelésnek van kitéve a hosszú órákon át történő gyakorlás, előadások és próbák alatt. A zenész populáció jelentős része tapasztalt már hangszerjáték okozta mozgásszervi panaszt, megbetegedést, melynek tartós fennállása sem egyedülálló probléma. A zeneművészek izom-, csontrendszerének aszimmetrikus és szimmetrikus terhelése növeli a hibás testhelyzetek gyakoriságát a nyíl irányú és a frontális síkban egyaránt. A mozgáshiány, versenyorientált munkakörnyezetben tapasztalt frusztráció, stressz és szorongás befolyásolja a teljesítményt, a munkához való viszonyulást, és hosszú távon akár az egészségi állapotot is. Mindezek mellett a zenei hivatás a hosszán és egyedül végzett gyakorlási folyamatok következményeként gyakran vezethet magányos életmódhoz. A magyar és nemzetközi szakirodalmat összegezve kevés olyan kutatást végeztek, mely kifejezetten erre a kérdéskörre összpontosul. A meglévő tanulmányok inkább a jóga és a zenei teljesítményszorongás kapcsolatát vizsgálják. Minimális az olyan kutatások száma, melyek kifejezetten az előadóművészek fizikai állapot felméréséről és annak célzott jogagyakorlatokkal való javításáról számol be. A kutatás azt vizsgálja, hogy a jóga rendszeres gyakorlása milyen hatással van a zenészek fizikai és mentális állapotára.

A kutatás célja, hogy választ adjon az alábbi kérdésekre:

Mi a különbség a jogát gyakorló és a jogát nem gyakorló zeneművészek fizikai és mentális állapotát illetően (testtartás, mozgásszervi panasz, fizikai erőnlét, stressztűrő képesség, koncentrációs készség)? Milyen módon hat a jóga rendszeres gyakorlása (minimum heti egy alkalommal 1,5 óra) a hangszerjáték okozta fizikai és mentális tünetek enyhítésére és az életminőség változására?

Anyag és módszerek

A tanulmány felnőtt korú, hivatásos zenészeket vizsgál, akik önként jelentkeztek egy 8 hetes jóga-intervenció csoportba. További zenészek toborzásából alakul egy gyakorlás nélküli kontrollcsoport. A kutatás kvalitatív és kvantitatív adatokat egyaránt felhasználva, kevert módszertanon alapuló megközelítést alkalmaz, mely longitudinális elemeket is tartalmaz. A tanulmány része egy kvantitatív kérdőív kvalitatív interjúkkal kombinálva és egy jóga intervenció, mely előtt és után is mérésre kerül sor.

1. Kérdőíves felmérés (a zenész populáció életmódjának jellemzői, pl.: teatartásbeli problémák, mozgásszervi panasz, észlelt stressz, vonás- szorongás, alvás, testmozgás, dohányzás, alkohol, életminőség)
2. Intervenció kidolgozása (pl. 8 hétre, heti 1x1,5h) és kivitelezése. Előtte-utána mérni az mozgásszervi panasz mértékét, életminőséget, vonás szorongást, észlelt stresszt, alvást, nyugalmi szívfrekvenciát, hajlékonyságot)
3. Interjú (jógázókkal- hogyan változott az életük amióta jógáznak)

Várható eredmények és következtetés

Ez a tanulmány a jóga terápiás célú alkalmazásának kutatásait és eredményeit vizsgálja olyan fizikai és mentális problémák kezelésére, melyek a zenész populációt érintik. A test mozgásának és működésének ismerete, a jóga népszerűsítése, egy könnyen, olcsón és biztonságosan kivitelezhető gyakorlat és életforma kialakítása a cél, amely az előadóművészek egyedi érzelmi és fizikai igényeit szolgálja. A jógát mint eszközt minden zenészhallgató számára könnyen elérhetővé kellene tenni, támogatást nyújtva nekik a készségeik fejlesztéséhez és az egészségükhöz a tanulmányaik alatt, valamint a jövőbeli szakmai életükre való felkészülés során.

Kulcsszavak: jóga, zenész, teljesítményszorongás, mozgásszervi panasz

Klublicenc bevezetésének kihívásai a sportban

Kovács István Attila^{1,2}, Dr. habil. Gósi Zsuzsanna¹

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola

E-mail: kovacs.istvan@ppk.elte.hu

Bevezetés

A hazai sportági szakszövetségek közül először a labdarúgás vezette be a klublicenc szabályzatot nemzetközi trendek és az UEFA nyomására. A szakági szövetség felismerte azt, hogy a szabályzat kötelező érvénye mellett segíthet abban, hogy az adott sportág színvonala emelkedjen. Az egységes és transzparens követelményrendszer támogatja a sportszakmai, infrastrukturális, személyi, jogi, pénzügy és adminisztratív területek magasabb színvonalra történő emelését.

A klublicenc rendszer lényegében egy elvárás a klubok felé, hogy a szervezeti formájukat vállalkozássá alakítsák, és így megjelenik a működés során a valós tulajdonosi érdek.

A hivatásos sportvállalkozássá történő kötelező átalakulást első lépcsőben a labdarúgás I. osztályú, majd a II. osztályú klubjait érintette, melyhez a keretrendszert először a nemzetközi szövetség az UEFA licencrendszere biztosította.

A hazai kézilabdázás sportági szakszövetsége időben jelentősen lemaradva a labdarúgástól, közel 5 évvel később fogadta el Klublicenc Szabályzatát, míg a jégkorong sport további egy évvel később, hasonló feltételrendszerrel vezette be a Ligában.

Anyag és módszerek

A vizsgálat alatt szekunder kutatást használtunk, ahol áttekintésre kerültek az UEFA, a Magyar Kézilabda Szövetség, a Magyar Labdarúgó Szövetség és a Magyar Jégkorong Szövetség publikus szabályzatai, határozatai és honlapjai. Ezek során dokumentumelemzést végeztünk., Szabályzatokban található adatbázis elemzéssel mutatjuk be a hivatásos sportszervezetek interakcióit a kötelező átalakulás kapcsán.

Eredmények

A Szövetségek a Klublicenc Szabályzatok bevezetésével a jogszabályi környezethez igazodtak, megfelelnek a Sporttörvény által támasztott elvárásokhoz.

Az első, majd a másodosztályban történő fokozatos bevezetésével a sportszervezetek átalakulási, megfelelési folyamaton mentek át, a hibákból tanulva és az eddig használatos sztereotípiákat használva, azokat korrigálva igyekeznek megfelelni a kor gazdasági és sportmenedzseri kihívásainak.

Következtetés

Azokban a sportágakban (labdarúgás, kézilabda, jégkorong), ahol már bevezetésre került a klublicenc szabályzat, sportszervezetek és sportvállalkozások részben már megtalálták a megfelelő gazdálkodási formát, és tulajdonosi hátteret.

A szövetségek részéről a folyamatos monitorozás mellett a gazdasági és az energiaválság negatív hatásai is időben kiszűrhetőek. Ez ráadásul megvédi a résztvevő feleket, hivatásos sportolókat, sportszakembereket, sportmunkatársakat, valamint a sportszolgáltatások terén megjelenő szerződéses partnereket.

A jövőbeni módosításokkal és kiegészítésekkel a szabályozási környezetet egy mindenki számára nagy százalékban elfogadható és a negatív szemléletet feloldó, hasznos és jól működő, az adott sportág közös érdekeit hosszútávon szem előtt tartó rendszer hozható létre.

Kulcsszavak: sportgazdaság, kézilabda, versenyrendszer, hivatásos sport

Kézilabdaklubok kihívásai az energiaválságban

Kovács István Attila^{1,2}, Dr. Magyar Márton¹, Dr. habil. Gósi Zsuzsanna¹

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola

E-mail: kovacs.istvan@ppk.elte.hu

Bevezetés

A sportszervezeteknek mindenhol a világon, így Magyarországon is a 2022. évben újabb kihívással kell megküzdenie. A megelőző két-három szezon alatt a járvány okozta nehézségeket kellett megoldani. A szociális távolságtartás, valamint a folyamatos megbetegedések miatt a játékosok és a nézők hiánya okozta a legnagyobb problémát. A 2022/2023-as szezonban egy teljesen másfajta probléma keletkezett: a növekvő energiaárak miatt a sportlétesítmények üzemeltetése okoz gazdasági nehézséget.

Anyag és módszerek

A kutatás során kérdőíves módszert használtunk (ELTE KEB 2022/459). A kérdőív az NBI/B-s Liga (másodosztály) férfi és női csapatai részére került kiküldésre, amelyben az energiaválság okán várható hatásokat vizsgáltuk. Az elemzéshez egyszerű leíró statisztikai módszert használtunk.

Eredmények

A kérdőívet az érintett csapatok szinte teljeskörűen kitöltötték, mind a női, mind pedig a férfi szakág tekintetében. A sportszervezetek többsége (92%) bérleményben végzi a sporttevékenységet. Az érintett klubok fele idős, régi rendszerrel működtet létesítményt használ. A modern rendszerek között egyaránt megjelenik a napelem (11%), a hőszivattyú (8%), modern hő- és légtechnika (15%), illetve a termálvíz használata (4%) is. A két százalék rávilágít arra a problémára, hogy a várható költségnövekedés a sportklubokat fogja érinteni, de a tulajdonviszonyok nem minden esetben tudnak megvalósítani fejlesztéseket, korszerűsítéseket. Az előzetesen közölt adatok alapján átlagosan egy válaszadó sem számít arra, hogy nem fognak változni a költségei. Legnagyobb arányban (32%) 21-40% közé teszik az emelkedés várható mértékét, ezt követi 21%-os arányban a 61-100% költségnövekedésre számító aránya. A megkérdezettek jelentős része 2022. december 31-ig rendelkezik a tavalyi árral számolt áram- és gázszolgáltatói szerződésekkel. Ennek ellenére csak a válaszadók 47%-a nem számol a bezárásokkal, míg 33%-a részben, 20%-a teljes bezárást prognosztizál.

A bajnokságokra kiható hatások tekintetében a megkérdezettek közel fele gondolja úgy, hogy valamilyen módon hatással lesz az energiaválság a felnőtt és utánpótlás korú bajnokságokra. Hat válaszadó jelezte, hogy a téli felfüggesztés lenne megoldás az árakkal folytatott versenyben, ami pozitív szemléletet mutat ebben a sportágban.

Következtetés

Rövid távon megoldás a TAO-támogatások átcsoportosítása lehet. Az új szabályozás szerint az innen származó bevételeket is lehet üzemeltetési költségekre fordítani. Ebben a helyzetben megoldás lehet a pályahitelesítéssel nem, vagy csak alacsonyabb osztályban érvényes besorolással rendelkező csarnokok engedélyezését az NBI/B-s bajnokságok mérkőzéseire. A Sporttörvény 63.§ 3b. bekezdése alapján azonos besorolású sportlétesítmények azonos engedélyezési eljárásokon estek át, és így jelentős költségmegtakarítás lenne elérhető.

Kulcsszavak: energiaválság, kézilabda, sportlétesítmény üzemeltetés, TAO támogatás

A testtömeg és testzsír-arány, valamint a szérum vas, ferritin és kreatin-kináz szint összefüggéseinek vizsgálata állóképességi és esztétikai sportolók körében

Kovács Réka Erika

**ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola
Sport és Egészségnevelés program**

Témavezető: Dr. habil. Boros Szilvia

E-mail: rekaerika93@gmail.com

Bevezetés

Az étrendi vasbevitel a sporttáplálkozásban kiemelt jelentőséggel bír, hiszen az oxigénszállításban betöltött szerepe miatt nagyban befolyásolja a sportteljesítményt. A nem megfelelő vas ellátottság állóképességi és esztétikai sportolók körében gyakran fordul elő, melynek háttérében elégtelen tápanyagbevitel és/vagy túlzott edzésterhelés állhat. Előbbi a testzsír-arányban és vas ellátottságban, utóbbi a kreatin-kináz szintekben okozhat eltéréseket. Intenzív fizikai aktivitást követően a pro-inflammatorikus citokinek növekedésével a vas megkötése a makrofágokban növekszik, mellyel párhuzamosan csökken a vas felszívódása. Retrospektív tanulmányunk célja volt a testzsír-arány, szérum vas, ferritin és kreatin-kináz szintek vizsgálata esztétikai és állóképességi sportolók körében. Kíváncsiak voltunk a referencia tartományon kívüli értékek arányára, az egyes eredmények közötti összefüggésekre, valamint a sportágak, nemek és korosztályok közötti különbségekre.

Anyag és módszerek

Állóképességi (n=46, 19 férfi és 13 nő, átlag életkor: 26,3±4,5 és 25,3±4,6 év) és esztétikai sportolók (n=42, 12 fiú és 20 lány, átlag életkor: 15,5±1 és 14,6±1,5 év) vettek részt tanulmányunkban. Az anyaggyűjtés 2022.09.01.-09.30. között zajlott az Országos Sportegészségügyi Intézetben, ahol az ambuláns dietetikai ellátásban megjelent esztétikai és állóképességi sportolók InBody770-típusú testösszetétel-mérésének és vérvizsgálati eredményének dokumentációit elemeztük. Microsoft Office Excel 2007 programban leíró statisztikát és korreláció-analízist végezve, eredményeinket akkor tekintettük szignifikánsnak, ha $p < 0,05$ volt.

Eredmények

Az esztétikai sportoló lányok és fiúk átlagos testzsír-aránya egészségügyi határérték alatt volt (11,5±3,6% és 4,7±2,1%), a többi csoport eredményei a normál tartományba estek.

A kreatin kináz szintek a teljes minta 73%-ában a referencia tartomány felett voltak, és az esztétikai sportolók értékei szignifikánsan nagyobbak, összehasonlítva az állóképességi csoporttal ($p < 0,05$).

A vas és ferritin szintekben talált eltérések főként a serdülő korosztályban, esztétikai sportolóknál jelentek meg nagyobb arányban.

Állóképességi sportoló lányok körében a kreatin-kináz negatív összefüggést mutatott a ferritin és szérum vas szintekkel, valamint pozitívan korrelált a szérum vas és a testzsír-arány.

Fiúknál a testzsír és szérum vas szintek között találtunk pozitív kapcsolatot.

Nők és férfiak körében a kreatin-kináz és ferritin szintek mutattak negatív összefüggést.

Esztétikai sportolók körében csak a szérum vas és testzsír (lányok), valamint a szérum vas és testzsír-arány (férfiak) között találtunk összefüggést.

A teljes mintában az alacsony ferritin szint határérték alatti testzsír-aránnyal párosult (esztétikai sportolók: 5 lány, 3 fiú, 2 nő; állóképességi sportolók: 1 lány, 3 nő).

Következtetések

A minél fiatalabb életkorban elkezdett edukáció a sportág-specifikus táplálkozási irányelvekkel kapcsolatban segíthet csökkenteni az eltérések arányát, hiszen az optimális tápanyag-ellátottság nemcsak a sportteljesítményhez, az egészségmegőrzéshez is elengedhetetlen. Az egészségügyi határérték alatti testzsír és magas kreatin-kináz eredmények a tápanyagbevitel és edzőmennyiség kiegyensúlyozatlanságát jelezhetik elő.

Kulcsszavak: testzsír-arány, vas, kreatin kináz, ferritin, sporttáplálkozás

A fáradás folyamatának optimalizálása a sportakadémiai szervezeti egységek bevonásával a Rátgéber Kosárlabda Akadémián

Lukács Anikó^{1,2,3}, Dr. habil. Gósi Zsuzsanna¹, Dr. habil. Rátgéber László^{3,4}

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola

³Rátgéber Kosárlabda Akadémia, Pécs

⁴Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Edzéstudományi Tanszék

E-mail: lukacs.aniko@ppk.elte.hu

Bevezetés

Az edzésterhelés monitorozása az utánpótláskorú sportolók esetében kiemelten fontos szakmai feladat. A fáradás folyamatának számszerűsítése a sérülést igyekszik megelőzni, de befolyásoló szereppel bír a teljesítmény fenntartásában és az edzésfolyamat optimalizálásában.

A „Rátgéber Kosárlabda Akadémia” Alapítványban végzett terhelés-vizsgálatban 45 igazolt, kadet, junior és amatőr NB I bajnokságban játszó női játékos vett részt. Az érkezési éberségi állapot, az edzés során felvett KINEXON-adatok, továbbá az edzést követő, a játékos által észlelt erőfeszítési adatok feldolgozása rámutatott arra, hogy „az edzés előtti állapot befolyásolja a terhelhetőséget, másfelől az edzés előtti állapot függvényében alakul a futás intenzitása (...) és az erő, amit a sportoló kifejt az edzés során.” (Lukács és tsai, 2022, megjelenés alatt).

A Rátgéber Kosárlabda Akadémia sportvezetése és menedzsmentje az eredmények alapján felvetette annak áttekintését, hogy a szervezet és egyes részlegeinek a működése tovább optimalizálható-e annak érdekében, hogy az edzéseket közvetlenül megelőző időszakban segítse a játékosokat a mentális állapotuk pozitív fenntartásában.

Anyag és módszerek

Dokumentumelemzés segítségével áttekinthető valamennyi részleg munkáját meghatározó és szabályozó folyamatleírás. Ezek a szabályozások jelentik a szervezet mindennapi működésének protokollját.

Annak érdekében, hogy felszínre kerüljenek a gyakorlat ismeretében a sportszakmát támogató megoldások, és azok hatékonyan segítsék a felkészülést, a kutatók a sportszakmával közvetlen munkakapcsolatban lévő szervezeti egységek vezetőivel – létesítményüzemeltetés, ételmezés/dietetika, kollégiumvezetés – félig strukturált mélyinterjúkat szerveztek a Rátgéber Kosárlabda Akadémián 2022. októberében.

Eredmények

Az egyes szervezeti egységek működését szabályozó protokollok világos, érthető és betartható kereteket teremtenek a sportolók mindennapi akadémiai életének, beleértve az edzéslátogatáshoz kapcsolódó – és általánosságában is szabályozható – tevékenységeket.

A személyes történések hatásaitól a sportolók nem védhetők meg, ugyanakkor a szervezeti egységek és a különböző sportszakmai területek vezetőitől érkező aktuális, egyedi információk, kommunikációs gyakorlat a személyes figyelem és szervezés szintjén mindenképpen befolyásolják a sportolói megélést.

Következtetés

A szervezeti szabályozások általában vagy részterületek működésére vonatkozóan az optimálisnak tekintett folyamatokat igyekeznek a korábbi tapasztalatok és a megfogalmazott célok ismeretében szabályozni. A megvalósuló gyakorlat és annak hatásai valóban elérik a támogató céljukat, hasznos az érintettekkel a legfontosabb részleteket átbeszélni, illetve a mindennapi kommunikációban a lehető legszemélyesebb figyelemmel részt venni.

Kulcsszavak: KINEXON, edzésterhelés, támogató szervezeti kultúra, sportakadémia, kosárlabda

Refashionings of recreation/leisure higher education studies (in Hungary), due to the school-to-work concept

Márton MAGYAR, Ph.D., Júlia PATAKINÉ BŐSZE, Ph.D.
Institute of Health Promotion and Sport Sciences, Eötvös Loránd University
E-mail: magyar.marton@ppk.elte.hu

Introduction

The educational history and methodological background of recreation/leisure represents a less common research question in the field of sports science. Its education has slightly different historical roots in Hungary and in the world. Another point of interest in the research on professional and educational history is the differences in qualification and field of science, which can be linked to the integration into the fields of sports science or tourism/economics. Our central topic is the renewal of the specialization structure of Hungarian recreation higher education, primarily in the offer of ELTE Eötvös Loránd University (Faculty of Education and Psychology), with an eye to international interests as well.

Material and methods

The sparsely available information was processed using the technique of document analysis. Beside the surveying of university and professional initiation materials, websites of higher education institutions and the data of the FIRGráf (Hungarian Higher Education Information System, Office of Education) were also investigated.

Results

The Canadian University of Waterloo, as an excellent foreign example was one of the first to introduce a bachelor's degree in recreation under the name "Recreation and Leisure Studies" (UWaterloo, s.a.a). In 1972, 4 elective areas of concentration were offered to students: '*Leisure studies*', '*Therapeutic recreation*', '*Recreational administration*', '*Outdoor recreation and education*'. In 1985 '*Tourism and commercial recreation*', '*Cultural recreation*', such as '*Urban and municipal recreation*' field was also in the offer (UWaterloo, s.a.b). Nowadays, the Arts, Recreation and Leisure Studies BA program offers '*Recreation and Leisure Studies*', '*Recreation and Sport Business*', as well as '*Therapeutic Recreation*' majors, along with the '*Event Management*' and '*Tourism*' minors (UWaterloo, s.a.c.).

Another unique foreign offer is, for example, the '*Arts and cultural management*' specialization on the Leisure and Event Management BA course at the NHL Stenden University in Leeuwarden, the Netherlands (NHL Stenden, s.a.).

In Hungary, the Teachers' Training College Faculty of ELTE has a pioneering role: With a Hungarian Accreditation Committee license (Nr. 40 321/1991), here could start recreation studies on BA-level with P.E. teacher major, the first time (Kiss, 2001). In the beginning, for a short time, three specializations offered diversified knowledge to the students, following the foreign model, but also showing uniqueness of our market: '*Health Promotion*', '*Tourism*' and '*Cultural Manager*' (ELTE TFK, 1990), in cooperation with other departments of the university. During a decade between 2006 and 2016, there was no specialization training. However, based on the results of our licensed career follow-up questionnaire (ELTE Research Ethics Committee Nr. 2016/203 and 2016/203-2), the recreation BSc-degree program started in September 2017 with new specializations. In Budapest, to fill the gaps in professions removed from the National Qualification Registry, and also in the light of employment opportunities, the '*Hotel and Event Animator/Entertainer*' and '*Fitness and wellness expert*' specializations has been developed (ELTE PPK, 2017). While in the Szombathely Campus the '*Leisure Sports Expert*' and '*Health Promotion*' specializations (ELTE PPK, 2017) are offered, also nowadays. These unique curricula acquire special, useful, and usable knowledge and diploma entry for our students.

Zenés gimnasztika-kurzus a kreativitás fejlesztése érdekében

Mikó Alexandra¹, Dr. Kovács Katalin²

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola
Sport és Egészségnevelés program

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: miko.alexandra@ppk.elte.hu

Bevezetés

A kreativitás, mint kompetencia kiemelt jelentőségű a 21. században. A fejlesztése érdekében olyan oktatási módszerek alkalmazására van szükség, amelyek támogatják az autonómiát, az együttműködést, és a lehetőségekben való gondolkodást.

A kreativitás elősegítése pszichomotoros tevékenységekkel is megvalósítható, például a kreativitást támogató iskolákban a tánc és ritmikai gyakorlatok révén igyekeznek elősegíteni a diákok képzelőerőjét és kreativitását (Szettele, 2020).

Vizsgálatunk célja egyetemi hallgatók kreativitásának fejlesztése egy 13 hetes zenés gimnasztika-kurzus által, tanuló-központú, autonómiát támogató módszerek alkalmazásával.

Anyag és módszerek

A 2022/2023. tanév 1. félévében meghirdetett szabadon választható kurzus során a zenés gimnasztika-gyakorlatsorok minél változatosabb összeállítása a cél. A vizsgálati minta összesen 22 fő (nő=19, férfi=3). A vizsgálati csoport (N=15) oktatását felfedezés, kísérletezés és a képzelőerő előidézésére ösztönző feladatok jellemzik, valamint a társakkal való együttműködés és a választási lehetőségek biztosítása. A kontrollcsoport (N=7) oktatása során túlnyomóan direkt módszerek érvényesülnek. Az egyes tananyagrészek Lábán Rudolf mozgáselemző rendszerére (test/testrész, tér, dinamika, eszköz) épülnek.

A kreativitás szintjét a „Tóth-féle Kreativitást Becslő Skálával” vizsgáljuk a kurzus elején és végén, a motiváció mérésére az „Akadémiai Motivációs Kérdőívet” alkalmaztuk. A kreativitás szintjének változását egy 4x8 ütemű gimnasztika gyakorlatsorral elemezzük, amit a hallgatók egyénileg terveznek a kurzus első és utolsó óráján, aminek a megfigyelési szempontjai: tempók és tempóváltások, különböző szintek beépítése, aszimmetrikus helyzetek tervezése és eszközök alkalmazása. A statisztikai próbákat JASP programmal végeztük.

A vizsgálat elején kíváncsiak vagyunk arra, hogy van-e különbség a két csoport között: a kreativitás és tanulási motivációs alfaktorok tekintetében, valamint a gimnasztika gyakorlatsorok tervezésében.

Eredmények

A vizsgálati és kontrollcsoport között nem találtunk szignifikáns különbséget a kreativitás és a motiváció alfaktorai között. Az egyénileg összeállított gyakorlatsorok elemzése sem mutatott eltérést az összesített eredmények és a mért változók között.

Mivel szoros negatív irányú kapcsolatot találtunk a belső motiváció-tudásszerzés és az amotiváció alfaktorok között ($r = -0,678$), így feltételezhető, hogy motiváltak a hallgatók a kurzuson tanultak elsajátítására.

Következtetés

Bíztató, hogy a vizsgálat kezdetén a két csoport összehasonlításakor a kreativitás és motivációs mutatókban szignifikáns különbséget nem találtunk.

A gimnasztika gyakorlatok megfigyelési szempontok szerinti pontozása is hasonló eredményeket mutatott.

Az intrinzik motiváció megléte elengedhetetlen a kreativitás szempontjából, így a negatív irányú kapcsolat a belső motiváció-tudásszerzés és amotiváció alfaktorok között a jövőben kreatív koreográfiákat eredményezhet.

Bár a kreativitás fejlesztésénél elsődlegesen nem a kreatív termék létrehozása a cél (Lin, 2011), a kurzus végén összeállított gyakorlatsorok jól tükrözik a pszichomotoros lehetőségeket a kreativitás fejlesztésében, tanuló-centrikus környezetben.

Kulcsszavak: kreativitás, autonómia támogatás, zenés gimnasztika

Should I stay or should I go? The questions of quitting and future plans by women soccer and futsal goalkeepers

**Alexandra Cintia MÓCZIK¹, Zsuzsanna GÓSI, Ph.D. habil.², Júlia PATAKINÉ BŐSZE,
Ph.D.²**

**¹Doctoral School of Education, Eötvös Loránd University
Sports and Health Education Program**

²Institute of Health Promotion and Sport Sciences, Eötvös Loránd University

E-mail: moczik.alexandra@ppk.elte.hu

Introduction

Nowadays women soccer is becoming more and more popular, the number of the players and the range of opportunities related to soccer are increasing. Despite this, women soccer is a scientifically understudied field. In football both the individual performance of the players and the team-level operation play an important role, but maybe it is the goalkeeper's position that bears the greatest responsibility. In our research we concentrate on female soccer and futsal goalkeepers: their motivation related to own sport, their thoughts about quitting and plans in soccer for the future.

Materials and methods

The target group was adult female goalkeepers participating in national or regional soccer or futsal championships of the MLSZ or its member organization. The questionnaire consisted of two large thematic units: questions about the background and relation to own sport and a H-SMS (sports motivation scale) questionnaire (KEB license number: 2022/45).

Results

The questionnaire was filled by 57 goalkeepers, from which more than 50% are between 18-26 years; 45,61% are soccer, 17,55% futsal goalkeepers and 36,84% are playing both. They play in almost the same proportion in the first, second and regional league (32-35%). Nearly 60% of them had the idea of quitting, for which the main reason (25%) was the coach's inappropriate attitude. Most of them feel well or very well in the goal and 83% thinks that they play in a supportive community. 85% of the goalkeepers would like to stay in football in some form even after their active career.

Conclusions

On the base of the data so far, we can see that most part of the goalkeepers play in a supportive environment and feel well in the goal, that can be a reason for that they want to stay in soccer in some form even after finishing their career. But at the same time, it is important to see that 60% of the participants have already thought about quitting, where the main reason was the coaches' inappropriate attitude. Further connections between different variables will be presented at the conference.

Keywords: women soccer, goalkeeper, quitting, career

Seasonal differences on commercial television in advertisements for health products

Júlia PATAKINÉ BŐSZE, Ph.D.¹, Gréta CSÖRNYEI²

¹Institute of Health Promotion and Sport Sciences, Eötvös Loránd University

²graduate student in Sports and Recreation Management BSc (Recreation Management and Health Promotion)

E-mail: bosze.julia@ppk.elte.hu

Introduction

Our topic is the appearance of health products in the media and its periodic, seasonal changes. We chose this area because these products have become a significant influencing factor nowadays, as our health has recently become more valued. The coronavirus has increased general health awareness and, on the other hand, the time spent in front of the screen. During the quarantine period, perhaps even more health products will be advertised. The downside of this is that many people reach for products advertised with health slogans that they don't need at all, just because they think it's easier and faster.

Materials and methods

In our research, we examined the advertisements in two designated periods to see how many health products and other products appeared on commercial television, including on RTL Klub. The first period was the week before Christmas, where we examined two weekdays and one weekend (2021. December 15., 17., 19., 18:00-21:00), and then three more days was observed at the end of January (2022. January 26., 27., 28.; 18:00-21:00).

We want to prove that in the period before Christmas, they mainly advertise things that we would like to give as gifts, and in addition, they mainly advertise sweets and products that allow us to eat more, while in the weeks after Christmas, mainly products promoting weight loss, or at least those marketed with the slogan of health, are advertised in a higher proportion.

Results

What types of products are advertised more in the run-up to Christmas?

Before Christmas, how much emphasis is placed on different health products in the advertising blocks of commercial television?

2021.12.15. Health products accounted for 13.27% of the advertising time. Sweets, various fatty and unhealthy foods brought in 19.7%, while gift ideas, mainly household items, accounted for 24.6%.

2021.12.17. Health products appeared in 16.25 percent, unhealthy foods in 17.63 percent, and gifts in 23.9 percent of RTL Klub's advertising time.

2021.12.19. Health products filled 18.03 percent of advertising blocks, unhealthy foods 21.4 percent, and gift ideas 25.6 percent.

Will there be a change in the order of the product groups published in the period before and after the holiday?

Will they advertise more of a specific product group in the post-holiday period?

2022.01.26. Health products took up 33% of the advertising time, unhealthy and fatty foods together with sweets took up 15.9%, while gift ideas took up 2.4% of the advertising time.

2022.01.27. Health products occupied 30.2%, unhealthy food 21.3%, and gift ideas 5.6% of the advertising time.

2022.01.28. On the last examined day, health products appeared in 38.6 percent of screen advertising time, unhealthy foods in 10.5 percent, and gift ideas in 5.3 percent.

Conclusions

We could see that in the period before Christmas, health products did not come to the fore, while in January this group has the main role in terms of advertising time. An important question is who were the TV viewers in these periods, and thus the potential "advertising consumers".

It would be interesting to examine another period, for example in May, to see if the content of the advertising blocks has changed.

The amount and content of advertisements is certainly significant, so it is recommended that everyone become a conscious customer despite all of this.

Keywords: commercial television, TV advertisement, health product, influencing

Szenzomotoros integrációt támogató szakirányú továbbképzés indításának megalapozottsága

Dr. Stephens-Sarlós Erzsébet, Patakiné Dr. Bősze Júlia

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: sarlos.erszebet@ppk.elte.hu

Bevezetés

Számos statisztikai adat mutatja, hogy az elmúlt években folyamatosan nő azon gyermekek száma, akiket súlyos tanulási zavarral, beszédképzési zavarral, autizmus spektrumzavarral, vagy éppen súlyos figyelemzavaros hiperaktivitással diagnosztizálnak. Magyarországhoz hasonlóan ez a tendencia világszinten is megfigyelhető. Ennek következtében az SNI kategóriába sorolt gyermekek aránya is növekszik az egyes oktatási intézményekben. Mellettük a BTM-es tanulók még jelentősebb számban vesznek részt az integrált oktatásban. Sok gyermeknevelőnek módszertani nehézséget jelent a nagyon heterogén csoportok kezelése, melyre nem készítette fel az általános szakmai képzése.

Anyag és módszerek

Jelenlegi képzések feltérképezése a szenzoros integráció területén, illetve azok jellemzése.

A szenzomotoros területen fejlesztést nyújtó szakirányú továbbképzésben való érdekeltek körének feltárása.

Eredmények

A jelenlegi képzések a felsőoktatásban, szakirányú továbbképzési szinten nem jelennek meg, csak piaci alapon működnek, illetve számos gyermekkel foglalkozó szakember nem tud részt venni benne fejlesztőként, a szűkebb bemeneti feltételek miatt.

A képzésbe minden olyan szakember bevonható, aki kisgyermekkel foglalkozik, kiemelten a csecsemő- és kisgyermeknevelők, óvodapedagógusok, tanárok, tanítók, edzők, rekreációs szakemberek, védőnők. A képzést részben moduláris alapon felépítve az esetleg korábbi tudás hiány pótlására is van lehetőség.

Következtetés

Szükségszerű olyan szakemberek képzése, aki az elméleti tudás és gyakorlati tapasztalatok birtokában, a saját munkájuk profiljához illeszkedő területeken, a rendelkezésre álló vizsgálatok, tesztek felhasználásával képesek felismerni az perzisztáló csecsemőkorai reflexekből, a szenzomotoros integráció zavaaraiból, az idegrendszeri éretlenségből adódó kognitív funkciókban, viselkedésben, beilleszkedésben, mozgáskoordinációban, valamint az életminőségben, illetve az ezekhez kapcsolódó területeken jelentkező problémákat.

Az elméleti és gyakorlati tudás birtokában képesek lesznek egyéni és csoportos gyakorlatok összeállítására, bemutatására, hibák javítására. Tisztában lesznek és gondosan elkerülik a kontraindikált gyakorlatokat, illetve tisztában lesznek a tréning során fellépő regressziós hatásokkal, azok lehetséges csökkentésével. Nyomon tudják követni a bekövetkező változásokat, és a tapasztaltak alapján képesek mérlegelni és újraírni a fejlesztés során soron következő gyakorlatsorokat, kiemelt hangsúlyt fektetve azok minőségi összetételére, illetve mennyiségére és gyakoriságára.

Kulcsszavak: szakirányú továbbképzés, csecsemőkorai reflexek, szenzomotoros integráció, gyermekkor szakemberei

Sportvezetői kihívások azonosítása az edzői munkával összefüggésben

Szalay Krisztina¹, Dr. Kassay Lili²

¹sportpszichológus

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: kassay.lili@ppk.elte.hu

Bevezetés

A teremben üzött látványcsapat-sportágak utánpótlás-képzési rendszere összetett felépítésű, és számos szereplő együttműködését igényli. A képzési vertikum eredményes működésének feltétele a klubonkénti szakmai munka, a klubok között kialakított játékos áramoltatás, magas sportszakmai színvonalú versenyeztetés, valamint a felnőtt csapatokkal való egymásra épülő szakmai kapcsolat, a fiatal játékosok integrálását biztosító átmeneti évek tudatos kezelése. A klubok egyéni, valamint egymáshoz kapcsolt rendszerszintű működésének a mérhető eredménye a felnőtt csapatban szerepet vállalni képes fiatalok kinevelése. A rendszer TAO-finanszírozása 2021-ben és 2022-ben stagnált. A sportági szereplők várakozásai szerint a következő években a TAO-összegek akár csökkenhetnek – a gazdasági válság, a hatékonysági kérdések előtérbe kerülése, valamint az Európai Unióval egyeztetendő esetleges következő támogatási periódus kérdőjelei okán. A már működő rendszer hatékonyra és egyben eredményessé formálása valamennyi érintett szakember és szervezet számára komoly vezetői kihívásokat tartogat, kinek-kinek a saját szakterületén. Az edzők és az edzői közösségek autonóm vezetőként kulcsszerepet játszanak a játékosképzésben. Ugyanakkor ők is egy szervezet részei, számukra ugyanolyan fontos a vezetőikkel való együttműködés, mint ahogy a játékosoknak az edzőkkel való munkakapcsolat „vezető-beosztott” szerepének tartalmas és eredményes megélése.

Anyag és módszerek

Az utánpótlás-képzés, valamint az elsőosztályú, illetve felnőtt csapatokkal való szoros együttműködés és a játékosok integrálása nemcsak az edzők feladata. A saját területükön hasonló vezetői kihívásokkal néznek szembe az edzők munkáját közvetlenül irányító sportvezetők, továbbá a feltételeket megteremtő szervezet menedzserei. A vezetői kihívásokat vizsgáló kutatás előkészítésének egyik szála a menedzserek előtt tornyosuló, megoldásra váró kritikus pontokat térképezte fel a valós kérdésfelvetés érdekében. Jelen kutatás az edzők, valamint az edzők munkáját irányító sportigazgató szempontjából keresi azokat a súlypontokat, amelyek a szervezet és a menedzserek oldaláról befolyásolják az edző-játékos kapcsolatot, az edzők egymásra épülő munkájának sikerét, az edzők szervezeti háttérjének kialakítását. Félig strukturált kérdőív segítségével 30 teremsportos edző, illetve sportigazgató osztotta meg tapasztalatait és gondolatait, javaslatait a személyes mélyinterjúk során.

Eredmények

Az edzők önismerete, szakmai önképe és karrier elképzelései egyértelműen befolyásolják a mindennapi szakmai munkát. Az egyes sportszakemberek és a szervezet képviselői között könnyen kialakulhatnak kimondott, kimondatlan feszültségek, ha az egyesület, klub, akadémia számára nem egyértelmű a saját célrendszere és identitása. Az edzők a játékosokhoz hasonlóan keresik a saját helyüket az edzői csapaton és együttműködésen belül. A nyugodt, elkötelezett edzői munka ugyanúgy igényli a világos feladatokat, szerepeket, elvárásokat kommunikálását, egyeztetését, a nehézségek kezelését, a sikerek elismerését. A sportszakma, illetve a sportszervezet vezetői a tudatos vezetői munkával biztos, kiszámítható hátteret, vagy pont ellenkezőleg, zaklatott, félelmet érző közeget teremtenek. A klub által képviselt értékek így egyrészt erőteljesen befolyásolják a falakon belüli munkát, de hasonló módon keretezik a többi klubbal való együttműködést.

Következtetés

Az edzők vezetői és vezetetti szerepének tudatosítása és vezetői eszközökkel való felvértezése csak az egyik oldala a szakmai siker rögzítésének útjának. A sportigazgatás és a klubvezetés tudatos vezetői szerepvállalása a célok megfogalmazásától kezdve a munkatársakkal való törődésen, figyelmen, támogatáson túl a problémamegoldások mintáján keresztül a szakmai közösség kialakításával bezárólag számos ponton segítheti vagy éppen hátráltathatja az edzői munkát és annak eredményességét.

Kulcsszavak: TAO, vezetési funkciók, menedzsment, vezetés öt szintje

Wellness- és fürdőszolgáltatások történeti sajátosságai

Szegvári Gréta Edit¹, Dr. habil. Boros Szilvia², Dr. Magyar Márton²

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola
Sport és Egészségnevelés program

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: viziaerobic@yahoo.com

Bevezetés

A felgyorsult világunkban egyre nagyobb szükség van a szabadidő, felüdülést nyújtó, örömet okozó, igényes eltöltésére. A rekreáció célja az ember egészségének megszilárdítása, megújítása, harmonikus életvitel kialakítása, az optimális szellemi és fizikai teljesítőképesség állandósítása a szabadidő hasznos eltöltése által. A rekreáció lehet sport, vagy pihenés és ezekhez a tevékenységekhez minden szolgáltatás megtalálható egy mai fürdőlétesítményben, így egyre népszerűbb a fürdőlátogatás, az élménydús kikapcsolódás céljából.

A fürdőzés az ember számára már nem csak tisztálkodás lehetőségét nyújtja, hanem a szabadidejében művelt szórakozási formává vált, ami a különböző társadalmak életében kapcsolódik a vallási kultuszoktól a gyógyászaton át a sporthoz, a turizmushoz, vagyis a tágabban vett emberi kultúra mindennapjaihoz és ünnepeihez.

Anyag és módszerek

A kutatás célja, hogy a hazai és nemzetközi szakirodalom és a témában megjelent szakmai dokumentumok feldolgozása által bemutassuk, hogy a mai gyógyfürdőkben megtalálható és elengedhetetlen, egészségmegőrző, pozitív élményt nyújtó és a mindennapi stresszt oldó wellness- és fürdőszolgáltatások már az ókori fürdőkultúrákban jelen voltak. A régmúlt fürdőiben használt kezelések, medencetípusok, technikai megoldások, fürdődolgozói munkakörök az alapjai a jelenkori fürdőintézmények szolgáltatásainak és működésének.

Eredmények

A masszázások, gőzfürdők, szaunák, illóolajos gőzkamrák, pakolások, valamint a különböző hőfokú medencék mint a mai wellness- és fürdőszolgáltatások nélkülözhetetlen elemei már az ókorban elengedhetetlen részei voltak a fürdőkultúrának.

Az úszás története az őskorig követhető vissza, míg a fürdők az ókori keleten gyógyászati szerepet töltek be. Az ókori görögök szaunákat használtak felfrissülés céljából, míg a szkíták az izzasztó sátrakban a cédrus- és tömjén használatával megalkották a szaunaprogram őst.

Az ókor fürdőkultúrája az antik római civilizációban élte fénykorát, ahol fürdőzéssel való gyógykezeléseket, hidroterápiát, balneológiát, gyógybalzsamokkal való kenést, masszázst és vízi gimnasztikázást is alkalmazták. A testi-lelki felüdülés minden elem megtalálható volt az akkori fürdőkomplexumokban, a fürdőzés közbeni kikapcsolódás mellett, a fürdőhöz kapcsolódó sporttérben zajlott az aktív rekreáció és a közösségi terekben játékok formájában (római sakk, kockajáték) a szellemi rekreáció.

A napjainkban megtalálható wellness- és fürdőszolgáltatások közül akadnak olyanok, mint a gyógyiszap használata, a Kneipp-medence, az infrasauna vagy jacuzzi elemeinek alkalmazása az élménymedencékben, amelyek csak a XIX.-XX. században váltak népszerűvé, illetve elfogadottá.

Következtetések

Az ókori fürdőkben is jelen voltak a különböző érzékszervekre ható kezelések és szolgáltatások, mint a gyógynövényes szauna, az illóolajos masszázs, az aromaterápia vagy termálmedencék, melyek most sem hiányoznak az élményközpontú társadalom pihenést és felüdülést szolgáló fürdölétesítményeiből.

A mai fürdők elengedhetetlen wellness- és fürdőszolgáltatásai már idősámításunk előtt is megtalálhatók voltak, és a történelem rögös útjait bejárva, fejlesztések, találmányok is szükségesek voltak ahhoz, hogy a mai formájukkal megállják a helyüket az egészségmegőrzésben.

Kulcsszavak: fürdő(történet), fürdőkultúra, wellness, egészségmegőrzés, rekreáció

Megyei jogú városok csapatsport-támogatási stratégiája

Széles József¹, Dr. Kassay Lili²

¹MTSE Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem Sportmenedzsment Tanszék

²ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet
E-mail: szeles.jozsef@tf.hu; kassay.lili@ppk.elte.hu

Bevezetés

A látványcsapatsportok elsőosztályú bajnokságaiban szereplő hivatásos csapatoknak otthont adó városok, különösképpen a megyei jogú városok komoly szerepet vállalnak a sportlétesítmények üzemeltetésében, valamint a klubok anyagi támogatásában. Nem ritkán akár több csapatsportág forrásainak biztosításában is részt vesznek. Miközben a klubok versenyképességének fenntartása növekvő támogatási igénnyel jár, az önkormányzatok forrásai szűkülnek, az allokációs prioritásaik esetenként változnak. Ugyanakkor a leendő sportolók „merítési” bázisát jelentő születésszám tendenciáját tekintve csökken. Felmerül a kérdés, hogy az azonos mozgásanyaggal dolgozó csapatsportágak esetében – kézilabda, kosárlabda, röplabda – lehetséges-e és egyben érdemes-e az egy sportág prioritizálására épülő koncepció megfontolása.

Anyag és módszerek

Azon megyei jogú városok sportstratégiájának megadott szempontú dokumentumelemzése adja az értékelés alapját, mely városok elsőosztályú kézi-, kosár-, röplabda csapatnak adnak otthont. A sportkoncepció célkitűzéseinek megalapozottság-vizsgálatán túl a hivatásos sportra fordított források arányának megállapítása és elemzése, valamint az érintett klubok számának, sportszakmai eredményességének, továbbá az utánpótlásban elfoglalt szerepének áttekintése képezi az értékelés alapját. Az áttekintésnek része a népességszám alakulásának vizsgálata, az iskolák számának és sporthoz való viszonyának számszerűsítése.

Eredmények

A dokumentumelemzés megyei városonként és összesítve is rámutat a szabadidősport és hivatásos sport közötti – a költség felosztásában is megnyilvánuló – különbségtevésre, a három sportág támogatásbeli adottságaira, a gyerekszámától részben független támogatási gyakorlat sajátosságaira. Pusztán a számadatokból, illetve a szöveges értelmezésből kiindulva inkább érzelmi, városi identitás alapú döntések feltételezhetők. A szűkös erőforrásokkal való gazdálkodás elsősorban a rendelkezésre álló pénzkeret allokációjában nyilvánul meg, az utánpótlás-korú játékosok számát (is) figyelembe vevő portfóliótisztításban kevésbé.

Következtetés

Tisztán kognitív megközelítéssel az egyes megyei jogú városi sportkoncepciók, a három csapatsportágot is érintő támogatási gyakorlata elemezhető, a támogatási intenzitásra javaslat tehető. A városok számára azonban a sporton keresztüli győztes rivalizálás lehetősége ugyanolyan meghatározó tényező, mint a támogatás biztosítása. A szempontok és a tudatosság megismerésére a kutatás egy következő fázisban továbbviendő. Ennek keretében a megyei jogú városok sportfelelőseivel, továbbá lehetőség szerint a polgármestereivel is egy-egy félig strukturált mélyinterjúval a soft szempontok és döntést befolyásoló súlyuk áttekinthetők.

Kulcsszavak: megyei jogú városi sportstratégia, csapatsportágak támogatása, hatékony gazdálkodás

Az FTC társadalmi és politikai szerepe a Rákosi- és a korai Kádár-rendszerben (1948–1963)

Tabi Norbert

ELTE BTK Történelemtudományi Doktori Iskola

ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

E-mail: tabi.norbert@staff.elte.hu

Bevezetés

Doktori disszertációmhoz végzett kutatásomban a legnépszerűbb magyar sportegyesület társadalmi és politikai jelentőségét vizsgálom a kommunista diktatúrák időszakára vonatkozóan. A dolgozat fókuszában – az FTC mellett – a futball áll, amely a lakosság és a politikai vezetés számára is kiemelkedő jelentőséggel bírt, ezáltal kiválóan érzékeltethetőek rajta a korabeli viszonyok. A futball a társadalom számára egyszerre jelentett kiemelkedési lehetőséget, kollektív sikerpótlékot, a szólás- és cselekvési szabadság egyik utolsó megmaradt közegét, a nemzeti érzelmek rejtett megélésének terepét és a korszakban egyedülállónak számító szabadidőeltöltési lehetőséget, sportélményt. A sportág a politikai vezetés számára éppen kiemelkedő népszerűsége miatt elsősorban propagandaeszközzül szolgált. Az FTC a klub hagyományából eredő jelentéstartalmak, valamint az összetartó, nehezen kontrollálható szurkolótábora miatt a kommunista politikai vezetés szemében üldözendő, elnyomott egyesületté vált, amely ebből fakadóan kimondottan megszenvedte ezeket az éveket. A legnépszerűbb magyar sportegyesület drukkeri számára a Rákosi- és a korai Kádár-rendszer időszaka a közös emlékezetben ma olyan vészterhes, politikai elnyomással teli periódust jelent, amely nemcsak a klub eredményességét, de egyenesen a létét is fenyegette, és amely időszak túlélése megerősítette a közösséget. Kijelenthető, hogy ezek az elemek ma a „fradista” identitás alkotórészeit képezik.

Célkitűzés

Kutatásomban azt vizsgálom, hogy a politikai vezetés a gyakorlatban hogyan, milyen módon kezelte az egyesületet, a hozzá tartozó sportvezetőket, sportolókat, edzőket, drukkerket, valamint, hogy mindez hogyan hatott a klub eredményességére.

Emellett arra keresem a választ, hogy a klub és a fenti szereplők milyen helyzetbe kerültek azáltal, hogy az FTC-hez voltak köthetők: vagyis például milyenek voltak a karrierlehetőségei a vizsgált időszakban egy FTC-sportvezetőnek, futballistának, vagy éppen milyen nehézségekkel kellett megküzdenie a mindennapi életében egy szurkolónak, aki felvállalta ferencvárosi kötődését.

Ezen kívül azt is vizsgálom, hogy a klub sikertelen periódusa ellenére lehetséges-e, hogy növekedett a futballcsapat iránti érdeklődés, és a klub valóban a kommunistákkal szembeni ellenállás szimbólumává tudott-e válni. Annak érdekében, hogy az FTC rendszerhierarchiában elfoglalt helyi értéke értelmezhető legyen, a fenti szempontok alapján több más jelentős magyar sportegyesület szereplőivel is teszek összehasonlításokat.

Anyag és módszerek

Munkám egyaránt felfogható társadalom-, politika- és sporttörténeti kutatásként.

Kutatásomhoz számos elsődleges forrást használok: levéltári forrásokat, sajtóanyagokat, általam készített interjúkat.

A Magyar Nemzeti Levéltárban (MNL) az országos sportirányítással kapcsolatos párt- és állami, míg Budapest Főváros Levéltárában a helyi (fővárosi és kerületi) sportirányítással kapcsolatos párt- valamint tanácsi iratokat vizsgálom.

Mindemellett az MNL-ben azoknak a pártvezetőknek a titkári iratanyagát is kutatom, akik fontos szereplői voltak a korabeli sportélet vezetésének.

Az Állambiztonsági Szolgálatok Történeti Levéltárában a politikai rendőrség FTC köré beépített ügynökeinek (sportolók, drukkerok) jelentéseit vizsgálom, melyekből a sportolók és a szurkolók viselkedésére vonatkozóan nyerhetők hasznos információk.

Ezen kívül 12 mélyinterjút készítettem a vizsgált korszakot átélt sportolókkal és szurkolókkal. Másodlagos forrásokként a legfontosabb magyar és nemzetközi szakirodalmi munkákat, valamint a magyar sportélet szereplőinek visszaemlékezéseit, életútjátöket használok.

Eredmények

A kutatás segítségével bemutatom, hogy valójában milyen helyzetben volt az FTC és egyes szereplői a vizsgált időszakban, milyen karrierlehetőséggel rendelkeztek az egyesület sportvezetői, sportolói, illetve milyen következményekkel járhatott az FTC drukkerközösségével történő azonosulás.

Következtetés

Amellett, hogy hiteles képet kapunk a legnépszerűbb magyar sportegyesület, az FTC történetére vonatkozóan, értékes összefüggéseket nyerünk az időszak diktatórikus berendezkedéseiről, a kommunista rezsimek természetéről, a politikai rendszerről, valamint a hazai társadalom állapotáról is.

Kulcsszavak: futball, kommunizmus, diktatúra, identitás

Edzői pedagógia versenyhelyzetben

Tamás-Szora Lóránd

**ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola
Sport és Egészségnevelés program**

Témavezető: Dr. Béki Piroska

E-mail: szoralorand@staff.elte.hu

Bevezetés

A sport és a sport okozta terhelés megértése, és ezen alapuló tézisek az edző számára fontos edzésméleti, pedagógiai, nevelési stratégiákat érint. A sportban eltöltött évek száma meghatározó lesz a későbbi felnőttkori sportolási szokásokra, ebben a szülő, a testnevelő és az edző szerepe kiemelkedő. Az élsportban munkálkodó edzők és az ott készülő versenyzők kapcsolata kiemelkedő szereppel bír a fent említettekkel. Az élsport egy teljesítményorientált tevékenység, amelyben az edző és a tanítvány közösen dolgozik hosszú éveken keresztül. Azokban a sportágakban, ahol a korai specializáció jelen van, ott a közös munka még szorosabb kapcsolatot hoz létre a két fél között, ezért az edzői pedagógia kulcsfontosságú. Ebben a tanulmányban egy alap sportágat vizsgálok, a szertorna sportot, és annak edző-tanítvány kapcsolatát, feladatait versenykörülmények pillanatában.

Anyag és módszerek

A sportági teljesítmény mérésére a tornasportban egy új IKT-eszközt használok, amely egy okostelefon-applikáció, a GymTrack World. Ez az alkalmazás személyre szabottan méri, elemzi, és egyszerű statisztikát készít az edzés teljesítményről. A kutatásban serdülőkorú fiú tornászokat vizsgálok, és szerenként elemzem az eredményeket, majd összehasonlítom az edzés- és a versenyteljesítményt. Az applikáció adatainak elemzése mellett megfigyeléses módszert alkalmazok a versenyzői típusok, rajtállapotok megállapításához.

Eredmények

Az eredményeket három nézőpontból közelítem meg. Elsőként versenyszézon előtti féléves edzésteljesítmény statisztikáját elemzem, majd a valós versenyeredményt vizsgálom, és harmadjára megfigyelem a versenyzői attitűdöt. A kutatás célja, hogy bemutassam a reális teljesítmény és a versenyzői típusok közötti kapcsolatot, valamint az ehhez kapcsolódó megfelelő edzői pedagógia szükségességét.

Következtetések

A versenyzői típusok feltárása, azok jelei, és az ahhoz kapcsolódó edzői stratégiák megfelelő ismerete elengedhetetlen a versenyteljesítmény maximalizálása érdekében. Amennyiben az edző jól ismeri versenyzőjét téthelyzetben is, képes őt a megfelelő irányba terelni rajtállapotában, szükségleteit tudja szabályozni, az a verseny eredményességére jótékony hatással van. A sikeres megmérettetés emeli a belső motivációt, ezáltal a sportban maradást.

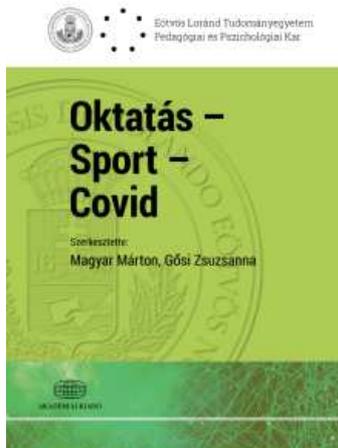
Kulcsszavak: egészség, sport, élsport, pedagógia, innováció

**Az Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar
Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézetének gondozásában
megjelent tanulmánykötetek**

Oktatás – Sport – Covid. Tanulmányok az oktatásról és a sportról a Covid árnyékában

Szerkesztette: Gósi Zsuzsanna, Boros Szilvia, Magyar Márton. Akadémia Kiadó, 2022

<https://mersz.hu/magyar-gosi-oktatas-sport-covid>



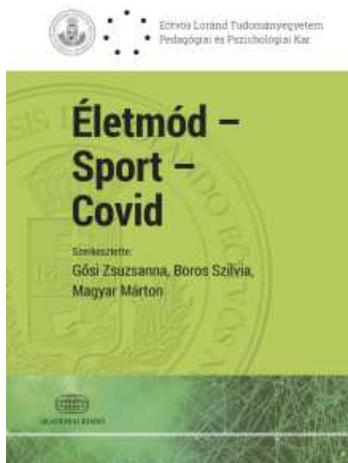
Tartalomjegyzék:

- Némethné Tóth Orsolya, H. Ekler Judit, Patakiné Bősze Júlia, Koltai Miklós: Sportszakos hallgatók az online (sport)oktatásról
- Gósi Zsuzsanna, Bukta Zsuzsanna: Sportszervezők a sportszektorban?
- Kovács Katalin, Novák Ágnes: A jelenléti oktatás mellett van-e igény az online testnevelésre? Az ELTE hallgatóinak motivációs vizsgálata
- Gósi Zsuzsanna, Kassay Lili: „Karanténoktatás” a sportszervező szakirányon
- Magyar Márton, Gósi Zsuzsanna: „Karantén-gyakorlat” 1., avagy a Covid-19 járvány hatása a külső szakmai gyakorlatokra az ELTE budapesti rekreációs szervező szakirányán
- Gósi Zsuzsanna, Magyar Márton: „Karantén-gyakorlat” 2., avagy a Covid-befolyás a sportszervező szakirányos szakmai gyakorlatokra az ELTE budapesti képzésén
- Anti Zsuzsanna: A fogyatékos személyek iránti viszonyulás jelentősége az integrált testnevelés-oktatásban – Szociálpszichológiai nézőpont
- Magyar Márton: Covid-fitness, online edzés, avagy szolgáltatásmenedzsment-aspektusok és tapasztalatok egy kutatásból

Életmód – Sport – Covid. Tanulmányok az életmódról és a sportról a Covid árnyékában

Szerkesztette: Gósi Zsuzsanna, Boros Szilvia, Magyar Márton. Akadémia Kiadó, 2022

<https://mersz.hu/gosi-boros-magyar-életmod-sport-covid>



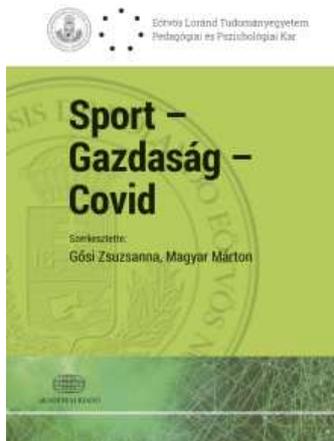
Tartalomjegyzék:

- Patakiné Bősze Júlia, Lukács Dóra: Sportszakos ELTE-s hallgatók egyes életmódelemei, egészséghez kötődő médiatapasztalatai
- Novák Ágnes, Kovács Katalin: Az online egyetemi testnevelés szerepe a Z generáció fizikai aktivitásában
- Lukács Dóra, Patakiné Bősze Júlia: A közösségi média hatásai a fiatalokra, kiemelten az alkati elégedettség területén
- Petneházy Nóra, Kovács Réka Erika, Boros Szilvia: A szarkopénia és a Covid-19 kapcsolata
- Sáringerné Szilárd Zsuzsanna, Vingender István, Mayer Krisztina: A koronavírus okozta stressz hatása a neveléssel, oktatással és egészségüggyel foglalkozó szakmákban
- Boros Szilvia: Mozgásformák szerepe a csonterő megőrzésében és a törésprevencióban
- Magyar Márton, Reiner Zsófia: Mozi és társadalom – Kultúrafogyasztási szokások a pandémia árnyékában

Sport – Gazdaság – Covid. Tanulmányok sportról sportszervezői nézőpontból

Szerkesztette: Gósi Zsuzsanna, Magyar Márton. Akadémia Kiadó, 2022

<https://mersz.hu/gosi-magyar-sport-gazdasag-covid>



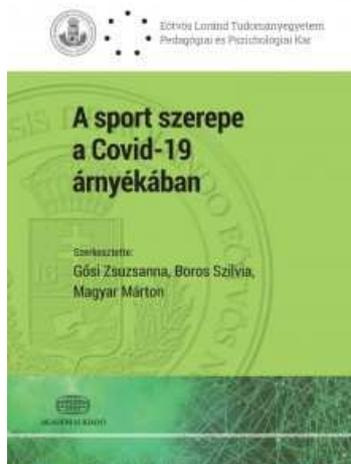
Tartalomjegyzék:

- Faragó Beatrix, Béki Piroska: Sportgazdasági tényezők a területi tőkében
- Gósi Zsuzsanna, Magyar Márton: Magyarországi sportvállalkozások gazdasági adatai a pandémia alatt
- Kassay Lili: A médiafogyasztás változása a Covid-19 járvány első hullámának hatására a statisztikák tükrében
- Faragó Beatrix, Béki Piroska, Gósi Zsuzsanna: Humán tőke a területfejlesztésben
- Mayer Krisztina: Futóversenyek nélkül maradtunk – Hogyan fussunk járvány idején?
- Kassay Lili, Gósi Zsuzsanna: Covid-hatás a labdarúgó Európai Szuperliga vajúdjó születése körül
- Lukács Anikó, Rátgéber László: Kiemelt sportakadémia kollégiumának működtetése a Covid-járvány korlátozásai közepette – Esettanulmány
- Kovács István Attila – Gósi Zsuzsanna: A magyar kézilabda versenyrendszerének változása a pandémia hatására

Sport a Covid-19 pandémia árnyékában. Tanulmányok a sporttudomány témaköréből

Szerkesztette: Gósi Zsuzsanna, Boros Szilvia, Magyar Márton. Akadémia Kiadó, 2021

<https://mersz.hu/gosi-boros-magyar-a-sport-szerepe-a-covid-19-pandemia-arnyekaban>



Tartalomjegyzék:

- Kovács Katalin, Novák Ágnes, Bárdos György: Kézilabdaedzők pedagógiai gyakorlatai utánpótlás korú csapatoknál a Covid-19-korlátozások alatt
- Novák Ágnes, Tarsoly-Huszár Ágnes, Kovács Katalin: Az ELTE testneveléskurzusainak oktatása a Covid-19 árnyékában
- Mayer Krisztina: A futási szokások és a futás szociális reprezentációjának megváltozása amatőr hosszútávfutóknál a koronavírus idején
- Gósi Zsuzsanna, Magyar Márton: Hogyan változtak szellemi és fizikai rekreációs szokásaink a 2020-as tavaszi korlátozások alatt?
- Mikó Alexandra, Kovács Katalin: A Lábán Rudolf mozgáselemző rendszer hatékonysága gimnasztikai gyakorlatsor összeállításánál (Pilot study)
- Tóth Dávid Zoltán, Szegerné Dancs Henriette: A koronavírus okozta változások lehetséges hatása a szponzorációs stratégiában
- Zimányi Róbert G.: Nemzeti és nemzetközi kézilabda-bajnokságok végeredmény-meghatározásainak igazságossága a Covid-19 következtében
- Kassay Lili: A Covid-kihívásra paradigmaváltások sora lesz a válasz?
- Szabella Olivér: A Covid-19 hatása az e-sport iparágára
- Gósi Zsuzsanna: Munkavégzés a sportszektorban a Covid-19 árnyékában
- Tóth Dávid: A társadalmi felelősségvállalás motivációi a sportszektorban

Sokszínű Rekreáció II.

Szerkesztette: Gósi Zsuzsanna, Bárdos György, Magyar Márton
Akadémia Kiadó, 2020

<https://mersz.hu/gosi-bardos-magyar-sokszinu-rekreacio-ii>



Tartalomjegyzék:

- Boros Szilvia: A jóga és nyújtás közös vonásai mozgásszervi egészségmegőrzés szempontjából, 65 éves kor felett
- Dömötör Zsuzsanna: A pillanatnyi ökológiai mérés (Ecological Momentary Assessment) módszertana, hasznosíthatósága a rekreáció területén
- Patakiné Bősze Júlia: Az alternatívák keresése a rekreációban, avagy az életminőség feltételcsoportjai a 21. században
- Mikó Alexandra, Ipacs Henriett, Patakiné Bősze Júlia: Az elektronikus eszközök hatásai a fiatal generációkra
- Rónaszéki Rómeó: Az idős kori rekreáció és a walking football
- Borkovits Margit, Altmayer Anita: Serdülők rizikó magatartásának következményeként kialakuló bőrelváltozások, valamint preventív mozgásprogram ajánlat a coping mechanizmus tükrében
- Magyar Márton: Kezdetektől napjainkig – avagy a rekreációs felsőoktatás 30 éves története az ELTE-n

A sport társadalmi, gazdasági és utánpótlás-nevelési kérdései. Tanulmányok sportszervezés témaköréből

Szerkesztette: Gósi Zsuzsanna, Bukta Zsuzsanna
Akadémia Kiadó, 2020

<https://mersz.hu/gosi-bukta-a-sport-tarsadalmi-gazdasagi-es-utanpotlas-nevelesi-kerdesei>



Tartalomjegyzék:

- Bukta Zsuzsanna: Nők a magyar sport különböző alrendszeiben
- Kassay Lili: A tudatosan választott és működtetett üzleti modell kívánatos volta a hivatásos csapatsportban
- Tóth Dávid Zoltán: Szponzor vagy hirdető? A Falco-Trend Optika KC bemutatása sportmarketing szempontból
- Gósi Zsuzsanna: A szabadidősport finanszírozásának lehetséges módjai
- Lukács Anikó: A pécsi Nemzeti Kosárlabda Akadémia mint „Államilag elismert Sportakadémia” felépítésének sajátosságai
- Lehmann László: Az új típusú sportiskolai rendszer Magyarországon



Sokszínű Rekreáció

Szerkesztette: Gósi Zsuzsanna, Boros Szilvia, Patakiné Bősze Júlia

ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, 2019

https://oszkdk.oszk.hu/storage/00/02/71/16/dd/1/Sokszinu_Rekreacio-2019.pdf



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar
Egészségfejlesztési és
Sporttudományi Intézet

SOKSZÍNŰ REKREÁCIÓ

TANULMÁNYOK A REKREÁCIÓ
TÉMAKÖRÉBŐL

2019
BUDAPEST
ELTE PPK

Tartalomjegyzék

- Bárdos György: Életmód, homeosztázis, szabadidősport
- Berkes Tímea: Rekreáció, motiváció és flow
- Borkovits Margit: Vidéki fogyatékkal élő tanulók szabadidős sportolási szokásainak vizsgálata
- Boros Szilvia: Szabadidő-eltöltési szokások hatása a táplálkozásra és tápláltsági állapotra
- Gósi Zsuzsanna: A szabadidősport néhány gazdasági hatása
- Köteles Ferenc: Stressz, testmozgás, rekreáció
- Magyar Márton: Nem-mozgás-dominanciájú rekreáció értelmezései nemzetközi és hazai környezetben
- Patakiné Bősze Júlia: Az outdoor fizikai rekreációs irányzat alakulása kezdetektől napjainkig



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar
Egészségfejlesztési és
Sporttudományi Intézet